

ВЕСТА[®] *sl* ¹⁶⁺

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Февраль

№ 2 (261) 2017

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:

группа физических лиц

Издатель:

ООО Издательство «Веста-М»

394030 г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Издание зарегистрировано

в Комитете Российской Федерации по

печати. Рег. № 014813

от 15. 05. 1996 года.

Главный редактор
Марина КОСТЫНА

Адрес редакции:

г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Для почты:

394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:

(473) 251-22-13

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vrn.ru

Наш сайт: vesta-m.info

Присланные по почте рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с мнением редакции.

Ответственность за содержание и достоверность сведений в рекламе и объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в «Весте-М», без письменного разрешения редакции не допускается.

Директор

по распространению

Галина СТАРОДУБЦЕВА

Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:

10 января 2017 г.

По графику в 11:00, фактически в 11:00.

Дата выхода 28 января 2017 года.

Отпечатано в ГУП РО

«Рязанская

областная типография»

390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12

тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического брака обращаться в типографию.

Заказ № 37.

Тираж 252000 экз.

Тираж 462100 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс

в каталоге «Почта России» —

60672,

в каталоге «Пресса России» —

51182.

Подписку можно оформить

на сайте: VIPISHI.RU

На первой странице — Софья

г. Мишуринск

Сегодня в номере:

КОСМЕТИКА

- А если крем немного улучшить?
- Защита больных ушей.
- С гордо поднятой головой.
- Меняем крем на флюид.

САЛОН КРАСОТЫ

- Прическа в скандинавском стиле.
- И никаких сульфатов.
- Распутываем путаницу.
- Мойте с вечера — укладывайте утром.
- Для красоты ваших волос.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- Узкие джинсы через четыре недели.
- Такая разная головная боль.
- Новости маникюра.
- Не более трех минут.

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

- Народные средства при лечении почек, диабета, заболеваний сердца, печени, пищеварения, гипертонии.
- Зеленая аптека: лапчатка гусиная.
- «Скажите, доктор...» — на вопросы читателей отвечают врачи: гинеколог, педиатр, дерматовенеролог.

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- Психолог отвечает на письма читателей.

СВОИМИ РУКАМИ

- Теплая накидка и жилет в стиле пэчворк, связанные на спицах, и ажурная накидка, связанная крючком.
- Поиграем с мехом: вместо шапки, меховые карманы, лангитин-снуд, из старого воротника.
- Мелкие меховые формы: браслет-манжет, браслет в скандинавском стиле, браслет для часов.
- Варежки-ежики.
- Помпон-мишка.
- Вязаная шапочка + помпоны.
- Шляпа с мехом.
- Перчатки с декором.
- Бейсболка: зимний вариант.
- Меховые колечки.

НОВОСТИ МОДЫ

- Новости моды сезона весна-лето 2017.

ВАШ СТИЛЬ

- Трикотажный калейдоскоп.

К ВАШЕМУ СТОЛУ

- Сытное меню: 16 замечательных рецептов для семейного застолья.

ХОЗЯЮШКЕ

- Еще один способ есть «Орео».
- Забавный завтрак для детворы.
- Отчистить решетку газовой плиты? Легко!
- Горячий шоколад.
- До последней капли.
- Вкусные розы.

ЕСЛИ ХОТИТЕ

- Вторая натура.

ИНТЕРЬЕР

- Шторы на любой вкус.

ВАШ САД

- Как ухаживать за форзицией.
- Все зависит от солнца.

МОЛОДОЙ МАМЕ

- На воздушном круге.
- По примеру детских приютов.
- Супергараж.

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 февраля по 15 марта.
- Лунный посевной календарь на первое полугодие 2017 года.
- Тест. Подруги — или личная жизнь?

ЭТО ИНТЕРЕСНО

- Цивилизация ножниц, или Разрезаю время.

ПРАВОСЛАВНАЯ СТРАНИЦА

- Священник отвечает на вопросы читателей.
- Православный календарь на март.

МУЖЧИНА ВАШЕЙ ЖИЗНИ

- Пропустили Освальда, ждем Валентина.

ЭТИКЕТ

- Пару ласковых слов... для свекрови.
- Правильное охлаждение... и подача.
- Признак доверительности.
- Гостям всегда рады.

ЖЕНЩИНЫ-МУЗЫ

- Виктор Пого: хранимый любовью.

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Лучшее место для «Оскара».
- Тотально обаятельны: Роман Мадянов и Иван Оганесян.

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

- Лариса Маркиянова. Решить проблему.

НА ДОСУГЕ

- Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

- Косметический календарь. ● Анатомия Амура.
- Ах, карнавал, карнавал!
- Необычный декор. ● Окольцованные любовью.
- Какой аромат — ваш? ● Эксперты человеческих душ.
- Волшебное стекло. ● Диагноз ставит смех.
- Дети — близнецы, но у них разные отцы!
- И многое другое.



ТАЙНЫ СВЯТОГО ВАЛЕНТИНА



Вот уже несколько лет самый «горяче-таинственный» тренд — «валентинки»-головоломки. Что ни говори, а любим мы всякую загадочность. Вот и летят в разные адреса любовные послания — да непростые! Особым образом сложенные — кубик Рубика отдыхает! Особым образом надушенные — загадки для тонкого обоняния! Особым образом зашифрованные — то с пропущенными словами, то с рисунками вместо слов, то со специально переставленными стихотворными строчками (вроде бред — ан, нет!). А то еще вспоминают великого Леонардо (не ДиКаприо) и пишут то левой рукой, то справа налево, а то зеркально. Бедные получатели таких посланий словно становятся участниками игры «Кто хочет стать валентинонером?» и с замиранием сердца пытаются расшифровать послание, а затем и его автора. Хотя... Некоторые заинтересованные лица поступают проще — набирают телефонный номер, и на том конце через секунду слышат что-то типа: «Вы позвонили в детективное агентство «Лунный свет»...»

СПЕШИ НЕ ТОРОПЯСЬ!

Все-таки надо признать, европейцы абсолютно непоследовательные товарищи. С одной стороны, зашпыняли Россию: мол, дороги плохие, не разгонишься. А с другой стороны, у себя напостроили роскошных автобанов, но теперь делают всё, чтобы народ по ним помедленнее ездил! Даже разбогатеть за это предлагают.

Взять ту же Швецию. Для снижения вероятности ДТП и вообще средней скорости передвижения на дорогах шведские гаишники придумали «Радарную лотерею». Если вы постоянно ездите в соответствии с латинской поговоркой *Festina lente* («Спеши не торопясь!»), то есть постоянно ездите оче-ень ме-е-дле-е-нно, то номер вашего авто будет участвовать в розыгрышах довольно солидного денежного приза. Так что примерно за год там, медленно двигаясь, можно быстро разбогатеть.

Кстати, денежный фонд лотереи формируется из штрафов, выплаченных теми, кто на тех же дорогах превышает скорость!..



МУЖ И ЖЕНА — ОДНА...

Ох, уж эти американцы! Как все-таки золотой телец развратил их: даже в глазах супругов, кажется, друг в друге души не чающих, порою, вместо любовных искр вспыхивает жадный значок доллара. Вот только один грустный пример.

Обычная американка Дениз Росси подала на развод после 25 лет брака. Опечаленный муж удивленно слушал свою вторую половину, желавшую как можно быстрее уладить все формальности. И совершенно случайно узнал, что супруга, с которой он прожил четверть века, разводится с ним из-за того, что выиграла в лотерею полтора миллиона долларов — естественно, не желая ими делиться!

Опечаленный муж, не долго думая, подал на свою вторую половину в суд. Дело рассматривалось несколько лет; в конце концов суд пришел к заключению, что миссис Росси... грубо нарушила закон о декларации доходов. Приговор был таков: весь выигрыш жадной бывшей супруги присудить опечаленному бывшему мужу! Вот так-то...



ОТЦЫ И ДЕТИ: КТО ПРАВ?



До наших дней сохранился интересный документ: датированное 1866 годом письмо сыну от обеспокоенного его будущим отца. Сына привлекала музыкальная, композиторская стезя, отец же прочил ему успех на поприще права.

«...Похвальна твоя страсть к музыке, — писал отец, — но, друг мой, это скользкий путь, вознаграждение за гениальный труд бывает долго-долго спустя. Посмотри ты на бедного музыканта Серова: трудясь со страстью, он только нажил серебряные волосы, а не серебро. «Юдифь» он работал 14 лет, да столько же «Рогнеду», а что выработал? Славу, ценой в 1500 рублей в год, пока жив, то есть: едва-едва хлеб насущный... Глинка умер бедняком, да и прочие наши таланты недорого оценены. Кто знает твою игру и прочие музыкальные способности, тот и без Рубинштейна тебя оценит, плюнь ты на них — и снова займись службой... Я все-таки советовал бы тебе придерживаться юстиции...»

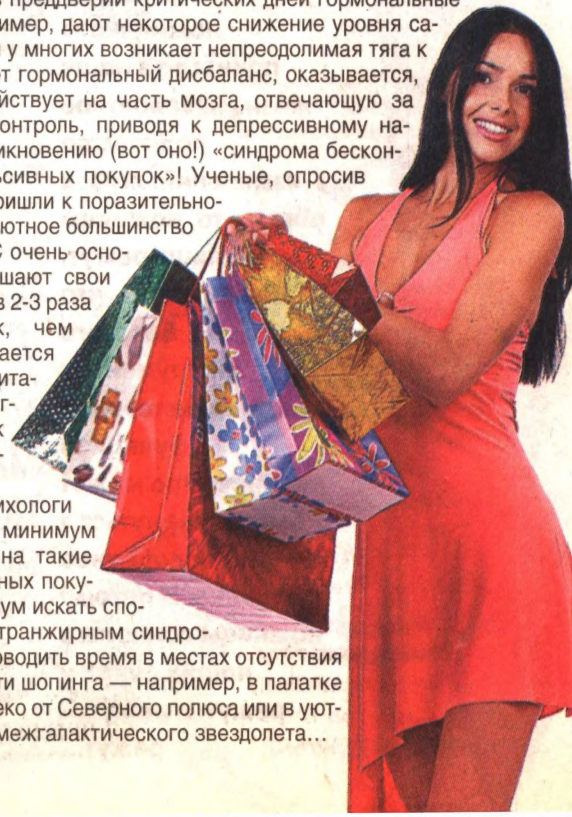
Но сын не внял отеческим советам. Мы не знаем, какого юриста мы потеряли из-за такого решения, зато знаем, какого композитора обрели. Ведь именно рука Петра Ильича Чайковского сумела так расположить «горстку» нот, что они зазвучали прекрасными шедеврами — Первым концертом для фортепиано с оркестром и «Щелкунчиком», «Евгением Онегиным» и «Лебединым озером»...

ПМС — «ТРАНЖИРНЫЙ СИНДРОМ»

Уж казалось бы, сегодня про ПМС мы знаем всё. Но выяснилось, что не всё мы знали о том, к чему это явление приводит. Теперь же, благодаря английским ученым (они, как всегда, впереди планеты!..), для нас перестала быть тайной еще одна интересная черта женского поведения в «межсезонье».

Известно, что в преддверии критических дней гормональные изменения, например, дают некоторое снижение уровня сахара в крови — и у многих возникает непреодолимая тяга к сладостям. И этот гормональный дисбаланс, оказывается, негативно воздействует на часть мозга, отвечающую за эмоции и самоконтроль, приводя к депрессивному настроению и возникновению (вот оно!) «синдрома бесконтрольных импульсивных покупок»! Ученые, опросив сотни женщин, пришли к поразительно-выводу: абсолютное большинство их в период ПМС очень основательно опустошают свои кошельки, делая в 2-3 раза больше покупок, чем обычно! Это касается даже продуктов питания. И почти всегда чуть погодя к ним приходит раскаяние!!

Поэтому психологи призывают как минимум не планировать на такие периоды глобальных покупок и как максимум искать способы борьбы с «транжирным синдромом», то есть проводить время в местах отсутствия даже возможности шопинга — например, в палатке где-нибудь недалеко от Северного полюса или в уютной VIP-капсуле межгалактического звездолета...



цивилизация ножниц, или РАЗРЕЗАЯ ВРЕМЯ

Ножницы можно смело считать одним из самых значительных и интересных изобретений человечества. Вот уже несколько тысячелетий они соседствуют с нами: явившись на свет, они словно разрезали время истории людей на «до-ножничное» и «после-ножничное».

И часть «после-ножничная» принесла в нашу жизнь невероятное количество изменений, хотя, в общем-то, ножницы всего лишь режут. Но оказалось, что без этого инструмента с одной-единственной функцией человечество может быстро вернуться в первобытное состояние. И потому ножницы остаются в наших руках и режут, и режут, и режут...



ВСЁ НАЧАЛОСЬ С РУНА

Раньше или позже, но во всех уголках нашей планеты люди пришли к осознанию необходимости изобретения ножниц. Но тут надо признать, что древний человек больше думал все-таки о хозяйстве, а не о себе и своем облике. Нет бы изобрести ножницы для подстригания ногтей или для раскройки шкур на теплую шубу. Однако он изобрел первыми ножницы для... стрижки овец!

Видно, важнее овцы не было ничего в те времена. Еще одно свидетельство тому — первым в гороскопе идет знак Овна.

Случилось это изобретение примерно три с половиной — четыре тысячи лет назад; ножницы состояли из двух лезвий, соединенных с одного конца наподобие пинцета — они не поворачивались относительно центра, а просто сжимались рукой.

...Люди, далекие от стрижки овец, недоумевают: эти ножницы крайне неудобные, а просуществовали, практически не изменившись, у разных народов несколько тысячелетий! А вот те, кто видел, как виртуозно этими ножницами работают «спецы», понимают, что неудобство у них только кажущееся...

МАНИКЮРНЫЕ НОЖНИЦЫ: ЗИГЗАГИ ИСТОРИИ

Тможно не сомневаться, что еще в глубокой древности женщина, проводив мужа на охоту, уложив детей спать и повесив котелок с потрош-

ками мамонта на медленный огонь, уделяла час-два светлого времени маникюру. А ко времени Древнего Египта и греко-римской цивилизации маникюрное дело уже расцвело пышным цветом: ухоженными ногтями, окрашенными в тот или иной цвет, в зависимости от положения их хозяина в обществе, могли похвастать даже слуги, не говоря уже о знати. Но что интересно: в маникюрном наборе того времени ножниц не было!

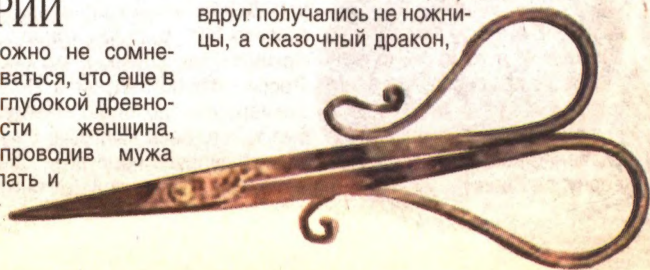
Вдумчивый читатель может засомневаться: как же это? Как же древние укорачивали свои ногти и придавали им ту или иную форму? Очень просто — они их стачивали. Царице Клеопатре, например, специальной пилочкой из граната, а гражданам попроче приходилось довольствоваться маленькими шершавыми раковинами.

Стричь-резать ногти, или что-нибудь еще более-менее твердое, «овечьими» ножницами (точнее: ножницами «овечьего» типа) было очень неудобно. А ножницы, использовавшие бы открытый Архимедом закон рычага, не могли изобрести еще тысячу лет после его открытия. И это при невероятно огромной заинтересованности прекрасного пола?! Вот она, кривая усмешка истории...

И ПОСЕРЕДИНЕ — ГВОЗДИК!

Ножницы привычного нам вида — два конца, два кольца, посередине гвоздик — изобретали, как уже говорилось, долго. Примерно в VIII веке какому-то ближневосточному ремесленнику, наконец, пришло в голову соединить два ножа с помощью того самого гвоздика, а ручки их загнуть. Интересно, знал ли этот мастер об Архимеде и его рычаге?..

После этого, как говорится, всё и началось! Мастера стали словно соревноваться: кто ножницы позамысловатее да пооригинальнее сотворит. Делали их из стали и железа, бронзы и серебра, покрывали позолотой, богато украшали. Фантазия мастеров-изготовителей не имела предела — то выходила дикий птица, клюв которой резал ткань, то колечки для пальцев обвивали виноградные лозы с кистями винограда, то вдруг получались не ножницы, а сказочный дракон,



весь в таких замысловатых украшениях, что они мешали пользоваться этим функциональным устройством. Естественно, что, как только об изобре-

Известно, что великий Леонардо многие свои великие изобретения зашифровал так,

что мы до сих пор не знаем, что именно он изобрел. Но с ножницами, к счастью, все было по-другому. Искусствоведы утверждают, что, будучи очень дотошным художником, Леонардо, если его что-то в картине не устраивало, просто отрезал часть холста. А делать это было удобнее всего ножницами, которые гений Возрождения заново изобрел; кстати, именно он придал им и ту самую привычную для нас форму.

врач по специальности, в 1830 году придумал «технологии» обработки ногтей с использованием металлических маникюрных инструментов, это были «копытко» и ножницы.

КРУЧЕ КОЛЕСА!

а что можно сравнить ножницы по многофункциональности — разве только с колесом! Фактически это два величайших изобретения в истории человечества, и еще надо подумать, какое важнее!!

Ведь только посмотрите, какие только ножницы нас ни окружают, помогая нам жить. Маникюрные и портновские, кулинарные и парикмахерские, церковные и виноградные, библиотечные и коронационные, ковровые и медицинские, ножницы для стрижки овец и обрезания сигар, для яиц и для цветов, ножницы каллиграфов и сошники, технические и свечные — порой самых причудливых форм, на которые можно просто любоваться, так они хороши! Ножницами мы стрижем газоны и разделяем тушки рождественских птиц, перерезаем пуповины новорожденных и попавшие в аварию автомобили, отрезаем нитки и заусенцы и вырезаем из бумаги новогодние снежинки...

А еще надо не забыть и памятно-подарочные ножницы — например, роскошные из золота-серебра или ножницы-кинжалы, украшенные драгоценными камнями.

Можно сказать, в определенном смысле, конечно, что наша цивилизация —

это цивилизация ножниц! У нас есть ножницы для всех и вся. Жизнь наша без них немыслима, они незаменимы. А история нам подсказывает: человеческая мысль теперь не успокоится и будет придумывать всё новые и новые, самые невероятные для нас ножницы, которые будут использоваться в самых неожиданных местах.

А ЧТО ЖЕ ЕВРОПА?

Европа, как ни парадоксально, несколько столетий кочевряжилась, почему-то не желая принять и использовать такое прекрасное и нужное изобретение. Понадобились крестовые походы и гений Леонардо да Винчи, чтобы наконец ножницы заняли достойное место в быту и народном хозяйстве всех стран.

...В Европу ножницы пришли приблизительно в X веке. Именно этим временем датируются самые старые ножницы, найденные на территории Европы, а именно — под Смоленском, входившем в состав Киевской Руси. Но широкого распространения тогда они не получили. Вновь интерес к ним пробудили крестоносцы, оптом тащившие с просвещенного, благоухающего, роскошного, изнеженного Востока всё подряд —

НОЖНИЦЫ — ДВИГАТЕЛЬ ПРОГРЕССА

Развитие ножниц шло по двум направлениям: расширение сферы применения и разнообразие оформления. «Бытовые» ножницы становятся всё привлекательнее с эстетической точки зрения, приобретая самые разные формы в рамках общей идеи, украшаясь насечкой, ажурной резьбой, инкрустациями и проч. «Хозяйственные» же ножницы стремительно входят чуть ли не во все ремесла и производства, так же соответственно меняя свои размеры,

изгибы и материал, из которого они изготавливаются.

Примерно с XVI-XVII веков ножницы постепенно начинают ассоциироваться преимущественно с женщинами и женскими видами

ремесел. Это их специфическое качество сохранится на протяжении всей истории, и по ним можно даже проследить развитие женского вкуса, смену стилей, потребностей, видов деятельности.

Кстати, до маникюрных ножниц (ох, уж эти усмешки истории!), несмотря на подсказку с Востока, европейцы думались лишь в XIX веке: некий Зитц,

всё, что завоевали, награбили, отобрали, купили! Привезли они и ножницы — много и разных...

А к XIV веку ножницы — уже просто модный аксессуар. Галантные кавалеры дарят ножницы женщинам — конечно же, в футлярах из бархата, сафьяна и с меховой отделкой!..

К утилитарной форме и назначению ножницы вернул да Винчи.

Подготовил
Виктор ДЕМИТРИЕНКО

А ЕСЛИ КРЕМ НЕМНОГО УЛУЧШИТЬ?

Поскольку многие из этих масел легко доступны и их можно добавить сразу в большую порцию крема, многие женщины отдают предпочтение именно масляным добавкам.

ВИТАМИНЫ

Чаще всего в косметических целях женщины используют масляные растворы витамина А и Е или аптечный препарат «Аевит», в котором присутствуют оба витамина. Но этими витаминами добавки в крем не ограничиваются.

● Витамин А разглаживает кожу, убирая морщины, и обеспечивает нормальный обмен веществ.

ВНИМАНИЕ! Если вам нет тридцати и на лице практически еще нет морщинок, желательно вообще не использовать витамин А, так как в этом случае вы будете расходовать внутренние резервы кожи, а они вам еще пригодятся.

● Витамин Е, как любой антиоксидант, подтягивает кожу, убирая отвисшие складки, добавляя ей упругости и эластичности, способствует регенерации кожных клеток.

ВНИМАНИЕ! Если надо убрать высыпания на коже, используйте сразу оба витамина: А и Е — в паре они справляются с проблемой лучше.

● Витамины группы В улучшают тонус и цвет кожи, предотвращают всевозможные дерматиты. Незаменимы в солнечную погоду, так как хорошо защищают кожу от ультрафиолета.

● Витамин D значительно замедляет процесс старения.

● Витамин РР отлично подтягивает кожу, добавляет ей эластичности и упругости.

На 100 г крема обычно добавляют не более 2 мл витаминов, выпускаемых в ампулах.

ЭФИРНЫЕ МАСЛА

Их выпускают очень концентрированными, поэтому в разовую порцию крема добавляют не более 1 капли, иначе можно вызвать ожог кожи.

Для СУХОЙ КОЖИ лучше использовать масло мяты, базилика, розы, ромашки, пачули.

Для НОРМАЛЬНОЙ КОЖИ больше подойдут масла шалфея, корицы, сосны, розмарина, можжевельника.

Для ЖИРНОЙ И ПРОБЛЕМНОЙ КОЖИ используйте масла цитрусовых, бергамота, мяты, еловых шишек.

ВНИМАНИЕ! Все косметические средства, в которые вы добавили эфирное масло, требуют аллергической пробы на запястье или сгибе локтя.

ЛЕКАРСТВА

● Мазь «Солкосерил» считается дерматологической, поэтому если у вас были когда-то проблемы с кожей, доба-

Выиграет он от этого или проиграет?

От добавления натуральных компонентов — только выиграет, так как приобретет дополнительные полезные качества.

Даже самые дорогие готовые кремы, кроме полезных веществ, которые занимают наименьший объем в общей массе крема, содержат основную часть — эмульгатор, консерванты и отдушку. Все эти дополнительные компоненты в лучшем случае никакого действия на кожу не оказывают, а в худшем могут вызвать аллергию. Поэтому многие женщины, не решаясь готовить для себя косметику своими руками, покупают детский или проверенный временем недорогой питательный крем и используют как основу, в которую добавляют масла, травяные настои, витамины, пищевые продукты — необходимые коже.

СКОЛЬКО НАДО В ГРАММАХ?

Все домашние кремы и кремы с добавками долго хранить нельзя, поэтому, что бы вы ни хотели добавить в крем, добавляйте в ту порцию, которую вы сразу нанесете на кожу. Поскольку к крему будет добавка, набирайте на ладонь чуть меньше вашей обычной порции.

● В разовые порции крема можно добавлять: пищевые добавки, настои трав, нерафинированные масла и лекарственные средства. Хранить крем с такими добавками нежелательно.

● В большие порции крема, рассчитанные на применение в течение недели или двух, можно добавлять базовые косметические масла (1 ст. ложку), витамины (по 5 капсул витамина А и Е) и эфирные масла (не более 5 капель). В этом случае держать крем следует в холодильнике.

Теперь подробнее о добавках.

ПИЩЕВЫЕ ДОБАВКИ

Добавки к крему выбирают в зависимости от типа кожи. Помните, что их нужно добавлять на одну порцию по 0,25 ч. ложки (мед, яйцо, сок и пюре) или по 0,5 ч. ложки (травяной настой, сок алоэ и молочные продукты).

Поэтому заготавливать добавки большими объемами не следует. В холодиль-

нике 2-3 дня можно хранить только сок алоэ и настои трав.

● Для **СУХОЙ КОЖИ** в крем добавляют настои ромашки, мать-и-мачехи, березовых почек, сок алоэ, сок и пюре свежего огурца, желток, пюре из хурмы и сладкого яблока, жирные сливки, растительное масло, мед (если на него нет аллергии).

● Для **ЖИРНОЙ** кожи в крем добавляют настой или настойку календулы, обезжиренный кефир или кислую сметану, сок лимона, черной смородины, рябины, земляники.

● Для **УВЯДАЮЩЕЙ** кожи в крем добавляют желток, жирные сливки, мед, пюре айвы, сок петрушки и тыквы, растительное масло.

ВНИМАНИЕ! Все остатки крема со съедобными добавками обязательно надо убирать с кожи.

РАСТИТЕЛЬНЫЕ МАСЛА

Ни один крем нельзя испортить добавкой нерафинированного масла — подсолнечного, оливкового или льняного. Масла питают, подтягивают и омолаживают кожу, уменьшают морщинки.

Еще больше пользы для кожи от косметических масел: миндального, жожоба, из виноградных косточек, ростков пшеницы, авокадо. От добавки этих масел кожа становится мягкой, нежной, перестает шелушиться, уходит вялость и бледность кожи, воспаления, сокращаются морщины.

вляйте ее в крем для профилактики дерматита. В качестве бонуса вы получите ускоренную регенерацию клеток кожи и ее омоложение, так как мазь помогает коже усваивать кислород.

● Если по утрам у вас отекает лицо, добавляйте в дневной крем капельку геля «Троксевазин» или «Троксерутин».

● «Куриозин» — средство, используемое для борьбы с угревой сыпью, содержит, кроме цинка, знаменитую гиалуроновую кислоту, поэтому его можно использовать не только по назначению, но и дополнительно добавлять в крем, чтобы повысить упругость и эластичность кожи.

Порция мази для однократного применения вместе с косметическим кремом — не более спичечной головки.

НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ

● Старайтесь не перегружать крем добавками. Лучше для пробы брать каждую отдельно, чтобы определить, какая больше понравится вашей коже.

● Если опасаетесь использовать улучшенный крем для лица, добавьте что-то в крем для рук или ног и посмотрите на результат.

● Поклонники аюрведы считают, что лучшая основа для натурального крема — топленое коровье масло. Если у вас сухая или увядающая кожа, попробуйте, вам должно понравиться.

● Крем с добавлением масла надо наносить на увлажненную кожу — если ваша кожа сухая, и на сухую кожу — если она жирная.

КРЕМ В ПОДАРОК

Когда вам понравится эффект от крема с добавками, подумайте, какой замечательный подарок можно сделать маме, сестре, подруге, приготовив для них крем своими руками. Но обязательно учитывайте особенности их кожи и, конечно, положите крем в красивую баночку. Когда улучшенный крем понравится и вашим близким, возможно, вы не только получите новые заказы, но и почувствуете себя настоящим косметологом.



ЗАЩИТА ДЛЯ БОЛЬНЫХ УШЕЙ

Привычка ходить без головного убора в любую погоду или надевать капюшон вместо шапки может привести к отиту. Поскольку уши болят нестерпимо, обычно достаточно заболеть один раз, чтобы навсегда бросить привычку ходить с раскрытой головой. А защищать уши надо не только на улице, но и в воде.

Если вы ходите в бассейн, обязательно закрывайте уши на время пребывания в воде. Вода, попавшая в уши во время плавания и ныряния, может стать причиной очень серьезной инфекции. К тому же вытереть воду после бассейна можно только в ушной раковине и самом начале слухового прохода (внутри всегда остается немного влаги), и если влажные уши продует холодный ветер, мало не покажется. Так что купите себе силиконовые затычки-беруши и закрывайте уши перед тем, как ступить в воду. Не знаете, где купить? Скачайте шарики из ваты, смажьте их вазелином и заткните уши ими.

Если вы уже имеете хронический отит, защищать уши берушами надо даже в душе. В доме ведь тоже бывают сквозняки.

МЕНЯЕМ КРЕМ НА ФЛЮИД

Все знают, что в холодное время года ухаживающие средства и декоративную косметику надо выбирать на плотной кремовой основе, но не в том случае, когда вы живете, находитесь на отдыхе или в командировке в местности с влажным климатом. В условиях повышенной влажности кремовые структуры становятся еще плотнее и закрывают поры. Особенно это относится к тональным кремам и основам под макияж. Их лучше заменить на облегченные формы — флюиды. Но, даже облегчив структуру косметических средств, не забывайте регулярно использовать скраб. От влажного воздуха верхний слой кожи немного разбухает, его клетки отмирают, и их желательно регулярно удалять.



С ГОРДО ПОДНЯТОЙ ГОЛОВОЙ

Помните песню: «Врагу не сдастся наш гордый «Варяг»!»? Вот так же надо себя вести во время серьезных испытаний: спину держать выпрямленной, а голову немного приподнятой. Неважно, устраиваетесь ли вы на работу, ведете жизненно важные переговоры или отвечаете у школьной доски. Не надо принимать покаянный вид, как будто вы в чем-то провинились — сутулиться, опускать плечи и голову, отводить взгляд. Такая поза сразу снижает доверие к тому, что вы говорите, и значительно усиливает стресс, который вы испытываете. По исследованиям ученых, давление и частота пульса у тех, кто в трудной ситуации держал голову высоко, а спину прямо, мало отличались от нормы, а вот у тех, кто сжимался и сутулился, эти показатели значительно отличались от нормальных.

Подготовила Галина КРУПЕНИНА

ПРИЧЕСКА

В СКАНДИНАВСКОМ СТИЛЕ



Именно так выглядит эта прическа на светлых волосах. Если вы брюнетка, вам она тоже пойдет, но будет выглядеть уже в восточном стиле. В любом случае она отлично смотрится, а сделать ее легко.

Разделите волосы на прямой пробор и приблизительно посередине выделите по одной неширокой пряди с каждой стороны от пробора. Отступив от пробора 10-12 см, заплетите эти пряди в рыхлые косы и закрепите их тонкими силиконовыми резинками.

Отделите еще две пряди от лба до тех прядей, из которых вы уже заплели косы, гладко расчешите их и заведите назад так, чтобы они легли поверх боковых кос. На затылке соедините пряди и заплетите в общую косу. Закрепите ее резинкой.

При необходимости сбрызните разглаженные прядки лаком, но и легкая небрежность придаст прическе свою прелесть.

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО



В последнее время у меня появились седые волосы, и я стала их красить. Краску покупаю дорогую, все делаю по инструкции, но почему-то цвет на моих волосах не держится положенное время. Уже к концу третьей недели надо повторять процедуру. Неужели у меня какие-то особенные волосы?

Скорее всего, дело не в Ваших волосах, а в том, каким шампунем Вы их моете. Не зря парикмахеры советуют мыть окрашенные волосы только специальным шампунем. В обычных шампунях содержатся лаурил или лаурет сульфат натрия Sodium Lauryl Sulfate, Ammonium Lauryl Sulfate, которые прекрасно очищают волосы от жира и грязи и образуют густую пену, но и краску с волос смывают быстро. Сульфаты очень сушат кожу головы, а после окрашивания она и так пересушена, поэтому так важно выбрать правильный шампунь, чтобы после мытья вместе с краской не расстаться и с волосами.

В идеале для окрашенных волос следует использовать шампунь без сульфатов, а такие можно купить только в магазинах органической косметики или для парикмахеров-профессионалов. Но и в обычном магазине Вы можете выбрать шампунь с менее агрессивными сульфатами. Внимательно читайте состав средства: у «правильного» должна быть приставка TEA или DEA.

РАСПУТЫВАЕМ ПУТАНИЦУ

Мне неудачно сделали химическую завивку: немного передержали на волосах состав, пересушили волосы, и теперь они ужасно путаются при расчесывании. Если бы не зима, остриглась бы наголо, так надоело раздирать волосы каждое утро. Как на грех, и отрастают они теперь очень медленно.

Даже сухие и тонкие от природы волосы любят путаться, а уж пересушенные завивкой тем более. Но это не значит, что надо стричься наголо. Для начала попробуйте немного иначе обращаться с волосами.

Прежде всего, никакой сушки феном — волосы и так уже пересушены. Старайтесь не тереть их даже при вытирании после мытья. Просто оберните полотенцем, а когда часть влаги впитается, снимайте полотенце и давайте волосам высохнуть на воздухе.

Во время мытья ни в коем случае не массируйте кожу головы круговыми движениями. Нанесите шампунь и пальцами, как будто расчесывая, пройдите несколько раз ото лба до затылка. Такими же движениями следует наносить и кондиционер.

В порцию кондиционера добавьте 0,5 ч. ложки любого масла для волос или оливкового масла. Аккуратно нанесите его на волосы и, не шевеля их руками, смойте водой. Пусть текущая сверху вода сама распутает волосы.

Конечно, Вы понимаете, что часто мыть голову не следует, иначе волосы будут совсем иссушенными. Если возникнут трудности с расчесыванием, смажьте ладони маслом и проведите ими по волосам сверху. Через пять минут процедуру повторите, только теперь нанесите масло из-под низа — от корней.

Вам необязательно ждать, пока волосы отрастут настолько, что можно будет срезать завивку полностью. Делайте это по частям. Главная путаница при неправильной завивке происходит от того, что путаются кончики волос, если Вы будете их понемногу, буквально по 0,5-1 см, состригать, проблем будет меньше, и волосы быстрее станут прежними.



МОЙТЕ С ВЕЧЕРА — УКЛАДЫВАЙТЕ УТРОМ

Если вечером вымыть голову и уложить волосы, от укладки к утру ничего не останется. А если вымыть голову утром и уложить, на это потребуются больше времени, и не факт, что укладка продержится долго. Причина в том, что волосам после мытья нужно вновь обрести свою текстуру, а на это требуется время. Поэтому для достижения оптимального эффекта удобнее всего мыть голову с вечера, кстати, в это время волосам можно дать высохнуть самостоятельно и не портить их феном, а утром только уложить. Укладка на полностью высохших волосах держится вдвое дольше.



ДЛЯ КРАСОТЫ ВАШИХ ВОЛОС

Алоэ — один из самых доступных источников витаминов и других полезных компонентов. Можно использовать для масок аптечный сок алоэ, а можно приготовить полезный ферментированный сок дома.

Оторвите от растения возрастом не более трех лет несколько нижних листиков — в них максимальная концентрация нужных веществ.

Листья вымойте, высушите и, завернув в светонепроницаемую бумагу, положите в холодильник на 10-12 дней.

Содержащиеся в соке алоэ витамины С, Е и группы В укрепляют волосы и их корни, прекращая выпадение. Аллантоин и бета-каротин, входящие в состав алоэ, — это природные биостимуляторы роста волос. Кроме того, сок алоэ добавляет волосам блеска и эластичности.

Маски с алоэ делают не чаще 2 раз в неделю. Подходят они для любых волос.

Лучше всего наносить состав с алоэ за 30-40 минут до мытья, а чистый фильтрованный сок — на чистые влажные волосы на 1 час.

ВНИМАНИЕ! Будьте осторожны, используя для масок алоэ, если у вас окрашены волосы. Сок так глубоко проникает в структуру волос, что вымывает из них краситель.

В маску С СОКОМ АЛОЭ из расчета на 2 ст. ложки сока можно добавить 1 желток или 1 ст. ложку

- касторового или репейного масла
- меда
- лимонного сока
- сока или масляного раствора календулы
- кефира.

Вы можете смешивать несколько компонентов в любом сочетании. Эффект от маски будет отличный.

Подготовила Галина УШАКОВА



ТАКАЯ РАЗНАЯ БОЛЬ

Практически у каждого из нас хоть раз в жизни болела голова. А у многих головная боль давно превратилась в почти постоянную. Но голова болит по-разному.

● Если боль всегда повторяется в одном и том же секторе головы и сопровождается расстройством зрения и слуха, тошнотой и даже рвотой — это **МИГРЕНЬ**, самая сильная из плохо поддающихся лечению головная боль.

● Болят лоб, виски и область вокруг глаз? Причиной могут быть **ПРОБЛЕМЫ С ПИЩЕВАРИЕМ**. Боль возникает часто, если у вас заболевания или серьезные расстройства пищеварительной системы. Но может быть связана и с приемом алкоголя, неприятием какой-либо пищи или злоупотреблением пищевыми добавками.

Иногда боль в лобной части головы и висках является признаком пониженного давления.

● Когда боль поднимается от шеи к макушке, она вызвана **СТРЕССОМ** или **напряжением в мышцах** — если боль идет от шеи до лба. Она часто возникает, если вы долго сидите, не меняя позы.

Если боль сосредоточена в шее, затылочной части и за ушами, скорее всего, у вас повышено артериальное давление.

● **ВОСПАЛЕНИЕ** в любой из придаточных пазух носа вызывает постоянную тянущую боль под глазами, в глубине носа и над переносицей.

● Если боль опоясывает голову в районе лба и затылка, значит, она вызвана **ТРЕВОЖНЫМ СОСТОЯНИЕМ** вашей психики.

Все эти виды головной боли лечат разными средствами, а, главное, их диагностируют и лечат разные врачи: невролог, гастроэнтеролог, отоларинголог, психотерапевт. Надеемся, что эта информация поможет вам разобраться со своей болью и посетить нужного врача.

Если головная боль любого из этих видов мучает вас постоянно, пришло время обратиться к специалистам.

УЗКИЕ ДЖИНСЫ ЧЕРЕЗ ЧЕТЫРЕ НЕДЕЛИ

За долгие зимние месяцы вы потеряли форму, и любимые джинсы больше не застегиваются? Наша программа тренировок поможет вам вновь сделать ножки стройными, а ягодицы — упругими и подтянутыми. Представленные упражнения несложны в исполнении, а постепенное увеличение нагрузки поможет вам без особого труда за месяц довести количество повторов до 200! Еще одно преимущество программы — четкий план действий на каждый день, сочетающий тренировки с отдыхом!

ЕЖЕДНЕВНАЯ ПРОГРАММА ТРЕНИРОВОК

- День 1** — 6 повторов каждого упражнения (всего 30)
- День 2** — 10 повторов каждого упражнения (всего 50)
- День 3** — 6 повторов каждого упражнения, повторить 2 раза (всего 60)
- День 4** — Отдых!
- День 5** — 5 повторов каждого упражнения, повторить 3 раза (всего 75)
- День 6** — 10 повторов каждого упражнения (всего 50)
- День 7** — 8 повторов каждого упражнения, повторить 2 раза (всего 80)
- День 8** — Отдых!
- День 9** — 9 повторов каждого упражнения, повторить 2 раза (всего 90)
- День 10** — 6 повторов каждого упражнения, повторить 2 раза (всего 60)
- День 11** — 5 повторов каждого упражнения, повторить 4 раза (всего 100)
- День 12** — Отдых!
- День 13** — 7 повторов каждого упражнения, повторить 3 раза (всего 105)
- День 14** — 6 повторов каждого упражнения, повторить 2 раза (всего 60)
- День 15** — 5 повторов каждого упражнения, повторить 5 раз (всего 125)
- День 16** — Отдых!
- День 17** — 9 повторов каждого упражнения, повторить 3 раза (всего 135)
- День 18** — 5 повторов каждого упражнения, повторить 4 раза (всего 100)
- День 19** — 7 повторов каждого упражнения, повторить 4 раза (всего 140)
- День 20** — Отдых!
- День 21** — 10 повторов каждого упражнения, повторить 3 раза (всего 150)
- День 22** — 8 повторов каждого упражнения, повторить 2 раза (всего 80)
- День 23** — 8 повторов каждого упражнения, повторить 4 раза (всего 160)
- День 24** — Отдых!
- День 25** — 7 повторов каждого упражнения, повторить 5 раз (всего 175)
- День 26** — 6 повторов каждого упражнения, повторить 3 раза (всего 90)
- День 27** — 9 повторов каждого упражнения, повторить 4 раза (всего 180)
- День 28** — Отдых!
- День 29** — 12 повторов каждого упражнения, повторить 3 раза (всего 180)
- День 30** — 10 повторов каждого упражнения, повторить 4 раза (всего 200!!!)
- День 31** — ПРИМЕРАЕМ ДЖИНСЫ!



будет решать вопрос об усыновлении ребенка из детского дома — вместе. А для ваших родителей — с обеих сторон — в конечном счете, главное — видеть, что вы оба счастливы, а значит, они будут вынуждены принять любое ваше решение.

Вот уже два года мы с мамой живем вдвоем — после того, как мой отец изменил ей и она от него ушла. Наверное, она считает, что этим наказала его, но получилось, что мы с ней потеряли всё: мало того, что переехали в маленькую скромную квартирку и стали жить на мамину бюджетную зарплату, так она даже от материальной помощи отца отказалась, хотя она предназначалась не ей, а мне. Буквально перед самым их расставанием мне исполнилось 18 и официально на алименты она подавать не может, но папа же сам предлагал! Конечно, я все это время была на маминой стороне — жалко ее было. А сейчас ей встретился другой человек — не олигарх, конечно, но состоятельный. Он мог бы нам с ней обеспечить приличное существование, мы навсегда забыли бы, что значит «не хватает денег до зарплаты», но мама ему отказала, сказала мне, что не любит его.

Господи! Ну какая любовь может быть в сорок два года! Я считаю, она должна быть рада, что на нее вообще кто-то обратил внимание, а тем более, сделал ей предложение. Ну, не понимаю я собственную мать! Вместо того чтобы подумать, как нам выбраться из существующего положения, она отказывается от такого выгодного предложения. Как объяснить маме, что она сама живет неправильно и меня заставляет жить так же?

Представьте себе, что не Вашей маме, а Вам сделал предложение обеспеченный мужчина, которого Вы не любите, а мама настоятельно советует Вам выйти за него замуж, чтобы он содержал вас обеих, обеспечив вам безбедное существование.

Наверное, Вам бы это не понравилось, а с общечеловеческой точки зрения такое решение вообще можно назвать аморальным — как торговлю людьми.

Вы же переживаете от того, что Вам не удастся выдать маму за нелюбимого че-

ловека, чтобы иметь от этого прямую выгоду для себя. Да, именно для себя — мамыны чувства и мамину жизнь Вы в расчет не берете.

Сейчас, с точки зрения Вашего жизненного опыта, Вам кажется, что личная жизнь Вашей мамы закончилась — ведь уже сорок два! Поверьте, ей всего только сорок два! У многих женщин жизнь в это время только начинается, тем более, что у Вашей мамы за спиной остались неудачные отношения с Вашим отцом. Они, хоть и затянулись на двадцать лет, все-таки закончились. Теперь Ваша мама свободна, мудра и опытна. И имеет право прожить свою оставшуюся жизнь так, как она хочет, а не так, как хотелось бы Вам. И ее решения, а не Ваши претензии вызывают уважение и желание помочь разобраться в ситуации.

И последнее замечание. Вы пишете, что Вам уже 20 лет. Значит, школу Вы в любом случае окончили и можете зарабатывать сами. Даже если учитесь на дневном отделении вуза, подрабатывать никто Вам не запретит. Может быть, вместо того, чтобы возлагать надежды на мужчину, который «должен» спасти и маму, и Вас, лучше подумать, как Вам самой обеспечить маме лучшую жизнь?

В марте в нашей школе должна состояться встреча бывших одноклассников, окончивших школу 25 лет назад. Мне бы очень хотелось увидеть своих одноклассников, но интуиция подсказывает, что ничего хорошего из этого не выйдет, ведь я могу встретить там ЕГО!

В 10 классе у меня был умопомрачительный роман с одним мальчиком из нашего класса. Я так была в него влюблена, что память о нем храню до сих пор. Я очень часто вспоминаю наши встречи, прогулки, его слова, наши мечты... Окончив школу, он уехал поступать в институт в Москву, да так там и остался. Он живет и работает в столице, а сейчас, через 25 лет, собирается приехать на нашу встречу.

Сейчас в моей жизни всё хорошо: заботливый муж, прекрасная семья, двое детей, но воспоминания о первой любви все-таки заставляют замирать мое сердце. Мне и хочется увидеться с ним, и страшно. За это время мы все изменились, и я боюсь, что при встрече он меня вообще не узнает. А может быть, я не узнаю его... Посоветуйте, как мне правильно поступить.

Есть два мудрых высказывания: «Нельзя войти в одну и ту же реку дважды» и «Никогда не возвращайтесь туда, где вы были счастливы». Первое высказывание — больше философское (действительно, даже за самое незначительное время вода в реке уже поменялась, и, входя в нее, мы погружаемся совсем в другую воду — это же относится и ко времени, и к жизни вообще). Второе — более романтическое. Но оба проверены не одним поколением.

В Ваших воспоминаниях живет тот мальчик, в которого Вы были влюблены, чистый, юный, и прекрасный своей чистотой и юностью. А кого Вы можете встретить сейчас? Скорее всего, мужчину со сложившейся судьбой. А если она у него не сложилась? Зачем Вам беречь прошлое и прощаться с воспоминаниями лучших ваших дней?

Если Вам действительно нужен правильный совет, лучше не ходите на эту встречу. Не испытывайте судьбу. Пусть в Вашей памяти остаются самые светлые воспоминания о первой любви. А она пусть живет в воспоминаниях.

Мы с мужем познакомились в храме на Пасху. Оба — верующие, венчанные, у нас двое детей, мы соблюдаем посты, но в церковь ходим в основном по воскресеньям и по праздникам. А недавно муж изъявил желание поступить учиться в духовную семинарию, чтобы стать священником. А я работаю учителем в светской школе и не хочу становиться матушкой — мне кажется, что я не справлюсь с такой ношей. Для этого нужно нечто большее, чем любовь к мужу, а во мне этого нет. Как мне быть?

Вы правы. Чтобы разделить призвание мужа служить Богу, одной любви к мужу недостаточно. Нужна еще истинная вера. А, как известно, наполовину верить нельзя. Раз вы с мужем даже венчаны, то Ваш долг — и христианский, и человеческий — следовать за ним и разделять его судьбу. Вас же никто не собирается запереть в монастырь вопреки Вашей воле. Вы будете жить в миру, но служить Богу. А если не хотите оставлять педагогического поприща, можно работать с детьми в воскресной школе — это очень нужное, правильное, благородное и благочестивое дело.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

С ПСИХОЛОГОМ

Я читала, что сейчас одно из самых распространенных и применяемых, в частности, в Европе противозачаточных средств — «Ново ринг». Что это за средство и чем оно так привлекательно?

«Ново ринг» представляет собой полистироловый резервуар, внутри которого содержится гормоны. В течение трех недель (21 день) происходит постепенное и постоянное выделение этих гормонов в организм. Ввести конте이너 во влагалище женщина может самостоятельно. Если он введен неудачно и выпадает, то его следует просто обмыть водой и снова ввести внутрь. Это средство приобрело популярность не только из-за удобства применения (не надо каждый день помнить, что в определенное время необходимо принять таблетку), но еще и из-за того, что при его использовании меньше бывает побочных эффектов, так как гормоны не попадают в желудочно-кишечный тракт и не оказывают на него вредного воздействия. Форма выпуска и продажи во всех странах одинакова.

У меня обнаружили опущение матки. Из-за чего это происходит и как можно исправить?

Опущение матки чаще всего происходит из-за тяжелого физического труда, трудных родов, слабости тазовых мышц, это может быть обусловлено и генетически. Если функции соседних органов не нарушены, нет полного выпадения матки или изменения структуры органа, то об операции вопрос может и не стоять.

А для улучшения состояния можно применять бандажное белье. Чтобы процесс не прогрессировал, да и просто с целью профилактики можно выполнять физические упражнения, укрепляющие мышцы промежности.

При более серьезных нарушениях в организме по медицинским показаниям проводят операцию (обычно — подшивание матки).

НА ВОЗДУШНОМ КРУГЕ

Спросите любую женщину, имеющую ребенка, что во время последнего триместра беременности было самым трудным, и она вам ответит: невозможность лечь как-то иначе, чем на спину, постоянные боли в плечах и пояснице из-за тяжелого живота. Тем более, что поза лежа на спине не делает живот легче и нагрузку на поясницу оставляет.

Предлагаем подкладывать под выросший живот обычный плавательный круг. Он позволит вам лежать на животе и снять нагрузку со спины и плеч, при этом вы никоим образом не навредите малышу, ведь никакого давления на живот не будет. Подберите круг такого внутреннего диаметра, чтобы в него помещался живот почти полностью, но при этом не повисал. В до-

полнение к кругу вам понадобится что-то вроде подушки высотой, равной кругу, чтобы подложить под голову.

Если эта идея вам понравится, попробуйте не использовать ее для ночного сна. Все-таки шаткое положение на надутом круге требует контроля над ситуацией, а во сне это невозможно. Такое приспособление больше подходит для короткого дневного отдыха.

ДЕРМАТОЛОГ ОТВЕЧАЕТ

Кандидат медицинских наук

Ольга ДЕМЬЯНОВА

Мне 30 лет. Я недавно вышла замуж и очень хочу родить ребеночка. Но есть одна проблема, которая мешает мне об этом думать. Это генитальный герпес, который высыпает почти каждый месяц. Я знаю, что вирусные инфекции очень опасны во время беременности. Подскажите, есть ли возможность избавиться от герпеса? Я хочу родить здорового малыша!

От герпеса пока избавиться никому не удастся. Лекарств, убивающих вирусы, еще не придумали. Поэтому задачей лечения герпетической инфекции служит уменьшение количества рецидивов до минимума.

Что для этого нужно? Во-первых, пройти хорошее подробное обследование (мужу тоже) на предмет инфекций, передаваемых половым путем (ПЦР, бак. посев). Это необходимо для исключения скрытых инфекций. Они могут не проявляться, но свое черное дело по снижению местного иммунитета тихо делать, создавая благоприятный фон для процветания вируса герпеса. Также это необходимо с учетом планируемой беременности. Соответственно, если что-то выявляется, это должно быть пролечено.

Во-вторых, нужно оценить Ваше состояние здоровья в целом, обращая особое внимание на очаги хронической инфекции (кариозные зубы, хронический тонзиллит, гайморит, пиелонефрит и иже с ними), наличие паразитарных инвазий, а также на нарушения питания. Поскольку причины иммунной недостаточности могут быть самые разные, надо сдать общеклинические анализы крови и мочи и стандартный набор биохимических показателей плюс те тесты, которые сочтет нужным терапевт. Дальнейшие шаги делаются в соответствии с результатами.

В-третьих, проводится терапия препаратами из группы нуклеоаналогов («Ацикловир», «Валацикловир», «Фамцикловир»), направленная на подавление активности вируса герпеса. При необходимости ацикловир назначают даже в период беременности.

ПО ПРИМЕРУ ДЕТСКИХ ПРИУТОВ

В некоторых странах работники приютов воспитывают младенцам отсутствие общения с родной мамой суррогатной — «рисовой мамой».

Шьют из мягкой фланели узкий мешок длиной около 70 см и заполняют его рисом. Если малыш плохо засыпает, мешок с рисом нагревают и кладут рядом с крохой. Мягкое тепло воспринимается младенцем как материнское.

Почему бы не использовать этот замечательный прием, если ваш малыш просыпается, как только вы отходите от него на пару шагов или вообще спит только рядом с вами?





ОТВЕТЫ мамам

Моему ребенку уже 1 год. А я никак не могу приучить его к горшку. Что делать?

Приучать ребенка к горшку в течение первого года жизни не стоит. Ни мышцы малыша, ни его нервная система еще не созрели для этого важного действия. Поэтому обучение становится долгим процессом, а у ребенка могут возникнуть негативные реакции. В дальнейшем это может быть чревато такими проблемами, как запоры, недержание мочи/кала, многочисленные невротические реакции (включая логоневроз, тики и др.). Важно помнить, что, если приобретенный рефлекс не становится заученной до автоматизма моделью поведения, он легко утрачивается. Здоровый ребенок достигает необходимой для приучения к горшку физиологической зрелости в среднем в возрасте от 18 до 24 месяцев. Когда Ваш малыш достигнет 18 месяцев, ищите у него признаки, указывающие на психическую и физиологическую готовность организма к познанию «туалетной науки»:

- ▶ установление более или менее стабильного режима дефекации
- ▶ способность более 2 часов сохранять подгузники сухими
- ▶ знание частей тела и названий предметов одежды
- ▶ знание или понимание слов «пописать» и «покакать»
- ▶ демонстрация отрицательных эмоций от пребывания в испачканных подгузниках

- ▶ стремление самостоятельно одеваться и раздеваться
- ▶ стремление подражать взрослым
- ▶ интерес к туалетной комнате и к процессам, происходящим там.

И, наконец, самый достоверный признак: умение любым способом — словом, мимикой, жестами — передать родителям слово «хочу». И не потому, что мама успеет усадить ребенка на горшок — малыш научился общаться!

● Ребенок, как и взрослый, склонен к переменам настроения. Поэтому первый этап приучения к горшку лучше проводить тогда, когда все члены семьи здоровы и жизнерадостны. Купите удобный и... теплый горшок — холодное «посадочное место» может надолго испортить отношения с горшком. Первым делом вымойте горшок и поставьте его в комнате у крохи, чтобы он стал привычным для него предметом.

● Знакомимся с горшком. Предлагаем его ребенку тогда, когда вероятность «процесса» максимальна: после сна, после еды, когда он показывает своим поведением, что ему пора.

● В случае успеха — очень-очень хвалим, а при неудаче — изо всех сил стараемся не показывать огорчения.

● Расставаться с подгузниками окончательно и бесповоротно не следует. Они могут пригодиться для поездок, ночью, на прогулке в прохладное время года, во время дневного сна. Но всякий раз, когда малыш проснулся сухой и быстро уселся на горшок, выражаем глубокое удовлетворение и обращаем внимание на то, какой он молодец, и демонстрируем сухой подгузник.

● Важно, чтобы горшок воспринимался не игрушкой, а предметом узкого назначения. Не стоит поощрять игры с горшком. «Вот это стул. На нем сидят» — и, по аналогии: «Это горшок, на нем писают и какают».

● Что лучше: горшок или специальное детское сиденье на унитазе — решать Вам. Тут уж как Вам удобнее.

**На вопрос отвечала
врач-педиатр,
кандидат медицинских наук
Александра ЕМЕЛЬЯНОВА**

**На вопросы отвечает
врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук
Ольга ДЕМЬЯНОВА**



Мне 27 лет. 9 месяцев назад я стала мамой. Еще во время беременности возникали проблемы с кожей рук (краснота и пузырьки на пальцах), особенно, если постираю мылом или помою пол с добавлением моющего средства. Но все это проходило после 2-3 дней использования кремов для рук. После родов стала чаще возиться в воде, и стало высыпать почаще. А в последние 2 месяца дочка начала ползать. Естественно, влажная уборка проводится не по одному разу в день. Руки мои совсем покраснели, полопались, зуд и жжение такие, что хочется их просто отрубить.

Ничего не делать по дому я не могу, а чуть влезу в воду — кошмар! Есть ли выход из этого замкнутого круга?

Эта беда называется экземой. Быстро и эффективно такая штука не лечится: здесь нужны и время, и усилия.

В развитии экземы участвуют несколько механизмов.

● Нарушение барьерных свойств кожи (чаще всего в результате контакта со средствами бытовой химии, хлорированной водой и прочими прелестями цивилизации).

● Проникновение через нарушенный барьер аллергенов (грибов, микробов, химических веществ), запускающих воспалительную реакцию в коже.

● Особенности функционирования иммунной системы со склонностью к аллергическим реакциям.

В данном случае реально повлиять можно только на состояние барьера. Для этого нужно наладить интенсивный уход за кожей кистей и соблюсти некоторые ограничения.

Ограничиваем: контакт с водой, с землей и любой бытовой химией. Для этого используем защитные перчатки везде, даже при мытье головы. Перчатки должны быть не латексные (лучше нитриловые), без талька. Если подходящие найти сложно, тогда под любые резиновые перчатки надеваем хлопчатобумажные. Муторно, неудобно, но эффективно.

Уход за кожей заключается в нанесении качественного увлажняющего крема после каждого контакта с водой. Это может быть крем «Бепантен», «Локобейз», «Цикапласт бальзам В 5» и т. п.

Для снятия воспаления и зуда используют местные кортикостероиды в виде кремов: «Локоид», «Адвантан», «Элоком» и др. Длительность ежедневного применения не должна составлять более 2-3 недель. Применение лечебных средств сочетают с ухаживающими.

СУПЕРГАРАЖ

Жаль, что медики не ведут статистику, сколько домочадцев получило травмы от разбросанных по полу маленьких машинок. А машинок таких в доме, где растет маленький мужчина, обычно множество. Их уборка и хранение — головная боль любой мамы. Предлагаем смастерить для них гараж.

Вам понадобится ящик для овощей, картонный или низкий пластиковый. Главное, чтобы он был устойчивым, если поставить его на попу.

Из картонок, свернутых трубочкой и склеенных скотчем, смастерите бокс для каждой машинки. Заполните боксами ящик, и гараж готов. В нем все машинки будут на виду и вашему сыну не придется в поисках самой любимой вытаскивать из ящика и разбрасывать по полу все остальные.

Подготовила Галина УШАКОВА



ЛАПЧАТКА ГУСИНАЯ, ИЛИ ПРОСТО ГУСИНАЯ ЛАПКА

Potentilla anserina L.

чается почти всегда довольно густыми зарослями.

Она разрастается даже на пастбищах и выгонах, где обычную траву обычно очень сильно вытаптывает пасущийся там скот.

Ареал лапчатки гусиной занимает обширную территорию Земли. Он охватывает значительную часть Евразии и Северной Америки, известно растение в Южной Америке и Австралии.

В России лапчатка гусиная встречается практически во всех районах.

Растет на долинных лугах, по берегам водоемов, на запущенных деревенских улицах. Предпочитает открытые, незатененные места обитания с обильным постоянным увлажнением.

Корнеклубни гусиной лапки богаты крахмалом, содержат много аскорбиновой кислоты (витамина С). Некоторые народности (например, якуты) использовали их в пищу, но вкусовые качества

снижаются из-за наличия в корнеклубнях дубильных веществ, придающих им горький вкус. Чтобы избавиться от него, корнеклубни приходится долго вымачивать. Поскольку и в листьях лапчатки гусиной содержится много аскорбиновой кислоты, их используют для приготовления салатов, что особенно ценно весной, когда потребность в витаминах особенно возрастает.

Любители варят из листьев гусиной лапки суп, используют их в качестве зеленой приправы ко вторым блюдам. В некоторых местах страны листья служили суррогатом чая.

Благодаря наличию дубильных веществ лапчатка гусиная нашла довольно широкое применение в народной медицине. Отвар и корнеклубней, и листьев — популярное вяжущее и закрепляющее средство.

А вот сок лапчатки гусиной рекомендуется применять при запорах в качестве слабительного средства.

Настой и отвар надземных частей (травы) растения издавна считается хорошим мочегонным средством, особенно полезным при мочекаменной болезни и цистите. Но поскольку отвары и настои готовятся на воде и имеют очень ограниченный срок хранения, некоторые знахари рекомендуют пользоваться настоем травы на водке.



Многолетнее травянистое растение из семейства розоцветных с мясистыми корнями, чаще называемыми корнеклубнями.

Надземные побеги ползучие, длиной от 20 до 80 см, укореняющиеся в узлах. Листья длиной 10-20 см, состоят из 6-10 (до 15) пар продолговатых листочков длиной 1-4 см.

Плод — многоорешек, распадающийся на довольно крупные плодики-орешки.

Цветет гусиная лапка с мая до осени. Естественно, что и созревание плодов происходит в течение почти всего лета и осени. Размножение семенами у этого растения второстепенно, так как чаще оно размножается вегетативно — с помощью укореняющихся ползучих надземных побегов.

Кроме того, лапчатка гусиная отлично размножается отрезками корнеклубней, если их каким-либо способом повреждают, разрезая или разрывая. Поэтому гусиная лапка встре-

РЕЦЕПТЫ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ

При цинге, а также в качестве тонизирующего и антисептического средства народная медицина рекомендует принимать настой: 2 ст. ложки измельченной сухой травы лапчатки гусиной залить 2 стаканами кипятка, настоять и принимать по 1/4 стакана несколько раз в день до еды.

При нефрите, мочекаменной болезни, цистите и простатите рекомендуется такой же отвар травы лапчатки гусиной на козьем молоке. Это — сильное мочегонное средство.

При желчно-каменной болезни и болезнях печени эффективен свежий сок растения, смешанный поровну со свежим соком зеленой ржи. Принимают смесь по 1 ст. ложке 3 раза в день.

При холецистите 2 ст. ложки травы заварить 2 стаканами кипятка, дать настояться в течение получаса, процедить и принимать по 1-2 стакана в день.

При кровоточивости десен, зубной боли, воспалении горла и слизистой оболочки рта народная медицина применяет отвар травы лапчатки гусиной. 1 ст. ложку измельченной сухой травы залить в эмалированной посуде 1 стаканом кипятка, поставить на слабый огонь, довести до кипения и кипятить 15 минут. Затем процедить и применять для полоскания полости рта при вышеперечисленных заболеваниях.

В качестве мочегонного средства используют настой измельченной сухой травы

лапчатки гусиной (2 ст. ложки на 2 стакана кипятка).

Для предупреждения и облегчения судорог пьют настой травы лапчатки гусиной на молоке. Щепотку сухой измельченной травы заливают 1 стаканом молока, дают настояться в течение 20 минут, затем процеживают и пьют настоем обязательно горячим по 1/3 стакана 3 раза в день.

Для профилактики и облегчения судорог различного происхождения в народной медицине применяют отвар травы лапчатки гусиной.

Для приготовления отвара 20 г сушеной измельченной травы залить 1 стаканом горячей воды, кипятить на медленном огне 15 минут, когда остынет, процедить. Пить по 1/4-1/2 стакана 4-5 раз в день до еды.

Отвар лучше применять как профилактическое средство, так как он действует медленно.

При сыпи, раздражениях кожи, угрях этот же отвар применяют в виде примочек.

При ожирении рекомендуется принимать ванны из отвара лапчатки гусиной: 50-100 г сухой травы опустить в ведро с водой, довести до кипения и прокипятить на слабом огне в течение 15 минут.

При зобе, диатезе, а также при климаксе для ванн берут 50 г измельченных корней лапчатки гусиной на 1 л кипятка. Кипятят 30 минут, процеживают, затем выливают в ванну с водой, доводя ее температуру до 37°. Принимать такую ванну можно в любое время дня. Курс лечения — 12-14 ванн.

Лилия ГЛЕБОВА

СВИНИНА В ЧЕРНИЧНОМ СОУСЕ

Обжарьте на раскаленном масле 4 свиные отбивные с обеих сторон, посолите, поперчите и накройте сковороду с мясом крышкой.

Разведите 2 ст. ложками воды или бульона 200 г черничного джема, добавьте 1,5 ст. ложки бальзамического уксуса, по щепотке соли и черного перца, вылейте соус в сковороду на отбивные, добавьте 1 ст. ложку сливочного масла и тушите до готовности.

При желании можно использовать ежевичный или черносмородиновый джем.



СВИНИНА В ЯБЛОЧНОЙ ГЛАЗИРОВКЕ

Раскалите на сковороде растительное масло и обжарьте свиные эскалопы или кусочки свинины (как для рагу или гуляша) до образования корочки. Мясо посолите, поперчите, добавьте по 0,5 стакана яблочного сока, яблочного повидла или джема, понемногу тимьяна и розмарина, перемешайте, накройте крышкой и тушите мясо до готовности. 1 ст. ложку кукурузного крахмала разведите 1 ст. ложкой холодной воды, влейте в сковороду, перемешайте, доведите до кипения и поварите 1-2 минуты.

Растопите в другой сковороде 2 ст. ложки сливочного масла и потушите на среднем огне 1 головку лука, порезанную полукольцами, и 2 порезанных ломтиками яблока, пока они не станут мягкими, а лук слегка не подрумянится, посыпьте их 1 ст. ложкой коричневого сахара и при постоянном помешивании тушите еще 3-4 минуты. Яблоки и лук выложите на тарелки поверх мяса.



РУЛЕТ С ГОЛУБЫМ СЫРОМ

Мякоть говядины одним куском около 800 г разрежьте острым ножом пополам, не дорезая до конца, и раскройте, как книгу. Затем мясо хорошо отбейте, посолите, поперчите, посыпьте чесночным порошком.

Красный сладкий перец порежьте небольшими кубиками и обжарьте на растительном масле до мягкости. Разморозьте пакет замороженного шпината и отожмите из него лишнюю воду. Смешайте шпинат с яичным желтком, 100 г раскрошенного сыра с голубой плесенью, поджаренным перцем и 2 ст. ложками панировочных сухарей. Начинку посолите, поперчите, добавьте чесночный порошок и перемешайте. Выложите начинку на мясо и сверните его рулетом вдоль по линии волокон мяса, тогда при разрезании готового рулета волокна будут поперечными. Обвяжите рулет толстой белой ниткой, смажьте растительным маслом и запекайте в разогретой до 200° духовке 35 минут, затем увеличьте нагрев до 220-240° и запекайте еще 10 минут, через 5 минут переверните рулет. Следите, чтобы мясо не подгорело. Готовый рулет накройте фольгой и оставьте в покое на 15 минут, затем снимите нитки и порежьте его на порционные куски.



БАРАНЬИ КОТЛЕТЫ С ФАСОЛЬЮ

Выложите на сковороду с раскаленным растительным маслом 8 натуральных бараньих котлет на косточке, приправленных солью, перцем и специями по выбору, уменьшите огонь до среднего и жарьте котлеты по 5 минут с каждой стороны. Переложите мясо со сковороды в миску, накройте крышкой или фольгой, чтобы оно не остыло. На той же сковороде обжарьте 3 измельченных зубка чеснока, выложите 2 банки белой консервированной фасоли и банку консервированных томатов, добавьте 1 ст. ложку бальзамического уксуса и немного свежего или сухого розмарина. Прогрейте гарнир и котлеты в течение 3 минут, затем разложите по тарелкам и подайте по 2 котлеты на порцию.



ПИРОГ С ЯИЧНИЦЕЙ

Смешайте 3 стакана муки, пакет сухих дрожжей, по 1 ч. ложке соли и сахара, добавьте 1 стакан теплой кипяченой воды, 2 ст. ложки оливкового масла и замесите тесто. Когда оно немного подойдет в теплом месте, раскатайте в прямоугольник и разрежьте на 8 длинных треугольников.

На сухой сковороде слегка поджарьте 8 ломтиков бекона и выложите их на бумажное полотенце, чтобы убрать лишний жир. Слейте жир со сковороды, а в нее вылейте омлетную массу из 6 крупных яиц, взбитых с солью, чесночным порошком, молотым перцем и мелко порезанным пучком зеленого лука. Помешивая, пожарьте из омлетной массы яичницу-болтунью. Дайте ей остыть.

На застеленном пергаментом противне разложите треугольники из теста немного внахлест, чтобы получилось кольцо с «лучами». На каждый «луч» положите по полоске бекона. На кольцо — слой тертого полутвердого сыра, затем яичницу, а на нее — тертый сыр моцарелла. Заверните «лучи» внутрь кольца, смажьте пирог взбитым яйцом и выпекайте в разогретой духовке до готовности.



БЛИННЫЙ ПИРОГ А-ЛЯ КУРНИК

Испеките тонкие блинчики. Смешайте пропущенную через мясорубку жареную или отварную курицу с пассерованным луком, специями и зеленью кинзы, укропа или петрушки — по выбору. На первый блин выложите часть смеси, посыпьте рубленым зеленым луком и тертым сыром. Поверх него выложите следующий блин, начинку и так далее, пока у вас не получится стопка из 4 блинов. Запекайте блины в духовке, пока сыр не расплавится. Готовый пирог украсьте ломтиками авокадо и листиками зелени. По желанию сбрызните соком лимона или лайма.

Курицу можно заменить любым вареным или жареным мясом.



КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПИРОЖКИ С СЫРНО-ОВОЩНОЙ НАЧИНКОЙ

Для начинки спассеруйте на растительном масле 2 крупные луковицы, добавьте по пучку рубленого зеленого лука и зелени по выбору, 2 ст. ложки панировочных сухарей и 2 ст. ложки сметаны, приправьте солью и перцем, перемешайте, снимите с огня и дайте остыть. Если хотите более плотную начинку, 150 г мясного фарша обжарьте вместе с луком, чтобы полностью выпарился сок. Когда начинка остынет, добавьте 100 г тертого сыра моцарелла и 50 г тертого пошехонского, перемешайте, скатайте начинку в шарики диаметром 2-2,5 см, накройте пленкой и поставьте в холодильник.

Отварите 7 крупных картофелин, измельчите, добавьте 3 яйца, 5 ст. ложек муки, 50 г сливочного масла и специи по желанию. Перемешивайте тесто миксером или руками, пока у вас не получится однородная пластичная масса. Если есть возможность, замените половину муки распаренным булгуром. Накройте миску с тестом пленкой и поставьте в холодильник на 40 минут. Разделите картофельную массу на небольшие лепешки, на середину каждой положите по сырno-овощному шару и сформируйте пирожки вытянутой формы (в виде веретена). Обжарьте пирожки в кипящем растительном масле до золотистой корочки.



БЛИНЧИКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ

Испеките тонкие блинчики и приготовьте любую несладкую начинку. Особенно хорошо подходят для запеканки сложные начинки, например, из мяса, лука и грибов. Положите начинку на середину блинчика широкой полосой и сверните его трубочкой. Так же поступите с остальными блинчиками, уложите их в смазанную маслом форму плотно друг к другу, щедро смажьте растопленным сливочным маслом, посыпьте тертым сыром и запекайте в разогретой духовке, пока сыр не расплавится. Готовые блинчики посыпьте зеленью петрушки.



БАНАНОВЫЕ ОЛАДЬИ

Застелите пергаментом противень и нагрейте духовку. Измельчите 1 большой немного переспелый банан (с черными пятнышками на кожуре), добавьте к нему яйцо и соду на кончике чайной ложки. Перемешайте и выложите будущие оладьи на пергамент на расстоянии друг от друга из расчета 2 ст. ложки на 1 оладью. Выпекайте оладьи в духовке до золотистой корочки. При желании можно добавить в тесто 1 ст. ложку арахисовой пасты.



КОРЗИНОЧКИ К ПРАЗДНИКУ

Испеките заранее песочные корзиночки или используйте готовые песочные тарталетки. На дно положите по чайной или столовой ложке (зависит от размера корзиночек) кисло-сладкого джема, поверх него выпустите из кондитерского шприца взбитые жирные сливки или сливки из баллончика. Украсьте корзиночки сердечками из мастики. Если мастику готовить некогда, используйте мармелад красного цвета. Удалите с него сахар, разрежьте на тонкие ломтики и уже из них вырежьте сердечки.

ТОРТ ДЛЯ ВЛЮБЛЕННЫХ

Разморозьте пакет замороженной клубники и отцедите ягоды от жидкости. Приготовьте бисквитное тесто на 2 коржа, добавьте в него половину клубники. Для одного нужна квадратная форма, для второго круглая. Круглый корж разрежьте пополам и приставьте половинки к двум смежным сторонам квадрата, чтобы получилось сердце. Из 200 г размягченного сливочного масла, 1 стакана сахарной пудры и оставшейся клубники взбейте крем. Обмажьте верх и бока торта кремом и украсьте красными конфетками или добавьте в часть крема красный краситель и отсадите по периметру торта кнопочки или цветочки из красного крема.

Если у вас нет подходящих форм или времени для выпечки коржей, купите готовые бисквитные коржи, вырежьте из них по шаблону два сердца, а количество крема увеличьте вдвое, чтобы сделать клубнично-кремовую прослойку между коржами.



ШОКОЛАДНО-ОРЕХОВОЕ ЛАКОМСТВО

Вмиксере на средней скорости взбейте до однородности и пышности 120 г размягченного сливочного масла и 3/4 стакана сахара, затем добавьте, продолжая взбивать, по одному 2 яйца, 0,5 ч. ложки ванильного экстракта, 2 ст. ложки кофейного ликера или ликера «Бейлис», смесь из 2 ст. ложек растворимого кофе и 1 ст. ложки горячей воды и взбейте до однородности. Отдельно смешайте 2,5 стакана муки, 0,5 ч. ложки соли, 0,5 стакана порошка какао и 1 ч. ложку пекарского порошка. Добавьте сухую смесь к масляной и вымесите тесто до однородности. Разделите пополам и на подпыленной мукой поверхности раскатайте два прямоугольника. Разложите на каждом по 0,5 стакана измельченного жареного фундука, сверните пласты пополам, пригладьте рукой, чтобы получилось подобие полена. Переложите поленья на застеленный пергаментом противень, смажьте их слегка взбитым белком и выпекайте в разогретой духовке около 25 минут, пока верхушки немного не потрескаются, а поленья не станут плотными на ощупь. Когда поленья остынут, разрежьте их острым зубчатым ножом на ломтики, разложите на противне и выпекайте еще 20 минут, пока не подсохнут. Дайте им немного остыть. Растопите в микроволновке плитку шоколада и, когда он немного остынет, окуните в него ломтики. Разложите их на пергаменте и поставьте в холодильник до застывания шоколада.

Проверено временем!

Популярные гибриды огурца с букетным типом плодоношения

Новинки селекции появляются на рынке каждый год. Урожайные, устойчивые, неприхотливые — все лучше и лучше! Но есть гибриды, которые никогда не забываются, не стареют и пользуются неизменным спросом. В чем же причина их популярности?



F₁ Лилипут — скороспелый партенокарпический гибрид для выращивания в открытом и защищенном грунте. Гибрид урожайный: за неделю можно собрать несколько ведер малюсеньких пикулей и корнишонов, нежных, с тонкой кожицей, хрустящих, великолепных в засолке. Зеленцы не крупные, длиной 7-9 см, массой 80-90 г, не перерастают. В каждой пазухе листа образуется 7-10 завязей.



F₁ Мурашка — необходим для любителей идеально ровных красивых плодов! Гибрид скороспелый, партенокарпический. В каждой пазухе образуется 4-6 завязей. Плоды с крупными бугорками, черношпигие, очень вкусные. Хороши в салате, засолке и свежем виде. Гибрид F₁ Мурашка можно выращивать как в защищенном, так и в открытом грунте. Гибрид устойчив к заболеваниям.



F₁ Зытек — оптимальный вариант для любителей соленых и маринованных пикулей и корнишонов. Гибрид партенокарпический, с букетным типом плодоношения. Ровненькие огурчики никогда не горчат. Отлично плодоносит в открытом грунте. Гибрид скороспелый, женского типа цветения, в одной пазухе образует от 2 до 8 завязей. Безотказный гибрид, стойко переносящий неблагоприятные условия.



F₁ Теща — скороспелый партенокарпический гибрид. Плоды обладают великолепным вкусом, никогда не горчат, великолепны в засолке — хрустящие и упругие. Гибрид F₁ Теща подходит и для теплиц, и для открытого грунта, и для временных укрытий. Ежедневно с растения можно собирать по 5-8 плодов. Гибрид устойчив к настоящей и ложной мучнистой росе и корневым гнилям, что позволяет выращивать его до заморозков.



F₁ Кураж — первый гибрид огурца с букетным типом плодоношения. Полюбился за высокие урожаи и высокий процент завязываемости плодов. Одновременно в разных узлах может наливаться до 30 огурчиков. Гибрид скороспелый, в каждой пазухе не менее 5 зеленцов! Огурчики некрупные, белошпигие, без горечи. Гибрид устойчив к оливковой пятнистости, настоящей и ложной мучнистой росе, вирусу огуречной мозаики.



F₁ Щедрик — скороспелый партенокарпический гибрид женского типа цветения и букетного расположения завязей. Выделяется обильным ранним урожаем. Огурчики небольшие, частобугорчатые, белошпигие, без горечи, темно-зеленой окраски со светлыми полосами. В пазухе листа образуется по 5-8 завязей. Использование плодов универсальное. Подходит для выращивания как в открытом, так и в защищенном грунте.

ОТЧИСТИТЬ РЕШЕТКУ ГАЗОВОЙ ПЛИТЫ? ЛЕГКО!

Любая хозяйка знает, как сложно отчистить решетку, прикрывающую газовые конфорки и покрытую нагаром. Приходится ее замачивать, ждать, а потом с усилием оттирать... Но можно добиться результата, почти не прикладывая усилий, если воспользоваться аммиаком или нашатырным спиртом.

Если у вашей плиты нет единой решетки, а у каждой конфорки своя, значит, вам, кроме аммиака, понадобятся 4 плотных крепких пакета с зип-локом.

Если же одна решетка — на все конфорки, нужен будет большой плотный полиэтиленовый мешок для бытового или строительного мусора. Причем, чем мешок больше и плотнее, тем лучше.

Вечером поместите решетку в мешок или пакет, влейте в него нашатырь из расчета 25 мл на одну решетку, прикрывающую одну конфорку. Очень плотно завяжите мешок и положите на противень из духовки. Так вы обезопасите себя от испорченной мебели, если вдруг аммиак протечет. Оставьте решетку до утра, затем просто промойте проточной водой с помощью губки. Ни натирать, ни смазывать решетку аммиаком не надо, потому что очищает нагар не раствор, а его пары. Чтобы они дольше не улетучивались, надо плотно закрыть мешок — завязать и закрепить скотчем.

ВНИМАНИЕ! Работая с аммиаком, обязательно наденьте респиратор или повязку из марли в 4 слоя.

ГОРЯЧИЙ ШОКОЛАД

Хотите угостить гостей или домашних горячим шоколадом? Добавьте в горячее молоко вместо порошка какао несколько кусочков шоколада или 1-2 трюфельные конфеты и размешайте. Чем насыщеннее вкус напитка вы хотите получить, тем больше размешивайте в молоке шоколада или конфет.



ДО ПОСЛЕДНЕЙ КАПЛИ

Если вам нужно больше 1 ст. ложки лимонного сока, подогрейте сначала лимон в микроволновке в течение 20 секунд, затем дайте ему остыть, покатайте по столу, разрежьте и отожмите сок. После такой предварительной обработки лимон отдаст сок до последней капли.



ЗАБАВНЫЙ ЗАВТРАК ДЛЯ ДЕТВОРЫ

Яичницу в форме сердечек, звездочек, яблок или других фигурок с большим удовольствием будет есть ваша детвора. Приготовить фигурную яичницу не сложнее, чем обычную. Просто разбейте яйцо в выложенные на сковороду металлические формочки, а готовую яичницу снимите вместе с формой лопаткой. Ничего страшного, если часть белка вытечет из-под формочки, он останется на сковороде. А на тарелку выложите яичницу необычной формы.

ХОЗЯЮШКЕ ЕЩЕ ОДИН СПОСОБ ЕСТЬ «ОРЕО»

Как известно, дети — заложники рекламы, и, если по телевизору показали, что печенье «Орео» надо сначала покрутить, потом лизнуть, а потом опустить в молоко, они так и будут делать, если вы не предложите им другой способ, более гигиеничный, при котором не надо будет макать в молоко одновременно с печеньем и пальцы.

Аккуратно насадите печенье на вилку так, чтобы она вошла в мягкую прослойку и — пожалуйста: держите печенье в молоке, пока оно не разбухнет.



ВКУСНЫЕ РОЗЫ

Для такого красивого и вкусного букета вам понадобится 250 г свежей клубники среднего размера, плитка белого шоколада, пищевой краситель красного цвета, соломинки для коктейля, шпажки или деревянные зубочистки и кусок пенопласта, обернутый фольгой.

● Отогните зеленые чашелистики, чтобы они не испачкались в глазури, и наколите ягоды на зубочистки.

● Растопите две трети шоколадной плитки, добавьте немного красителя, чтобы получился розовый цвет и тщательно перемешайте.

● Когда шоколад немного остынет (он не должен сварить ягоды), окуните в него клубнику и выставите ягоды для высыхания на расстоянии друг от друга, воткнув зубочистки в пенопласт.

● Когда глазурь высохнет, растопите оставшийся шоколад, добавьте больше красителя, чтобы получить красный цвет, выложите немного остывший шоколад в кулинарный мешок и нарисуйте на ягодах спиральный рисунок.

● Поставьте клубнику в холодильник до полного застывания глазури, затем присоедините стебли. Если будете использовать соломинки, зубочистки можно не вынимать. Готовый букет поставьте в небольшую вазочку и угощайте своих любимых.



Подготовила
Валентина ЖИЛИНА

Размер 46-48. Длина по спинке 70 см, по переду 60 см.

ТЕПЛАЯ НАКИДКА

Если вы любите хорошую и теплую вязаную одежду, эта идея — для вас. А добавив к ней гетры, вы получите прекрасный комплект для отдыха!

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%, акрил 50%; 2400 м/100 г) — 800 г; круговые, прямые спицы и спицы для чулочного вязания № 3,5; игла для сшивания.



Узоры: по схеме I — полоса со жгутами; по схеме II — пример убавления клина изнаночной гладью; резинка 2x2 — для манжет накидки и гетр; «путанка» — для низа накидки.

«Путанка»: набрать для образца четное количество петель.

1-й ряд: чередовать * лиц., изн. *, от * до * повторять до конца ряда.

2-й и все последующие ряды вязать, как 1-й.

Описание работы

Накидка связана снизу вверх на круговых спицах.

Для начала свяжите два манжета. Наберите на спицы 44 п. и свяжите резинкой 2x2 прямоугольник высотой 17 см. Снимите открытые петли на хлопчатобумажную нить и отложите манжеты в сторону.

Для удобства описания хода работы вертикальные полосы обозначены номерами с наименованием узора.

Вязание накидки: набрать на спицы 328 п. (по 164 п. для переда и спинки).

Связать по кругу узором «путанка» 10 р. Затем разделить вязание стикерами по 164 п. для переда и спинки. В следующем ряду с каждой стороны (слева и справа) переда и спинки набрать дополнительно по 23 п., провязать петли манжета, еще набрать дополнительно по 23 п. В результате по бокам накидки добавится по 70 п. На схеме выкройки эти полосы под номерами 6, 7 с одной стороны и 8, 9 — с другой. Теперь распределите петли по узорам и вяжите только полотно спинки сокращенными рядами, не убавляя петли вертикальных полос. От боковой линии накидки расположите неполный узор по схеме I (по 10 п. к переду и спинке).

По нижнему краю спинки свяжите сокращенные ряды: один ряд до середины спинки, плюс 30 п., обвейте рабочей нитью следующую петлю на левой спице и поверните вязание в обратную сторону.

2-й ряд провяжите до центра, плюс 30 п., обвейте рабочей нитью следующую петлю на левой спице, поверните вязание в обратную сторону и провяжите все петли до обвитой петли. Поднимите обвитие на левую спицу, провяжите его вместе с петлей, вокруг которой оно было сделано, свяжите еще 5 п., обвейте рабочей нитью следующую петлю и по-

верните вязание. Свяжите последующие ряды, провязывая каждый ряд на 5 п. больше и каждый раз поворачивайте вязание в обратную сторону. Так вяжите, пока на спицах постепенно не включатся в вязание все петли спинки. После этого распределите петли перед по узорам и вяжите накидку (с дополнительными петлями и манжетами) вверх по кругу.

Обратите внимание, что клинья из изнаночных петель сверху убавляются по 1 п. с каждой стороны через 8 р. Образец убавления — по схеме II (при вязании накидки количество петель клина равно 25). Такие же убавления по 2 п. через 8 р. следует делать по боковым линиям накидки, в центре узора со жгутами.

Провязав 47 см, ориентируясь по переду, разделите вязание по центру переда и вяжите не по кругу, а обратными рядами, для образования V-образного выреза горловины. Центральные петли узора — по схеме I с 14-й по 19-ю — для одной стороны горловины, а с 20-й по 25-ю — для другой стороны горловины — вяжите резинкой 1x1. Продолжайте делать убавления петлей по изнаночным клиньям. Довязав до линии плеч, закройте все петли, кроме петель обвязки горловины. Продолжите их вязание для отделки горловины спинки. Свяжите каждую на высоту 8,5 см, сшейте концы между собой и пришейте к горловине спинки.

Сборка: сшить плечевые швы и низ накидки со стороны манжет.

Гетры: набрать на чулочные спицы 56 п., связать 20 р. резинкой 2x2, затем 38 п. — узором по схеме I, 18 п. лиц. гладью. Вязать на высоту 29-30 см. Свяжать 2 р. резинкой 2x2, закрыть все петли.

Условные обозначения:

- □ □ □ □ — 3 п. перекрестить влево: 3 п. оставить на вспом. спице перед работой, 3 лиц., затем провязать лиц. 3 п. со вспом. спицы
- □ □ □ □ — 3 п. перекрестить вправо: 3 п. оставить на вспом. спице за работой, 3 лиц., затем провязать лиц. 3 п. со вспом. спицы
- — изнаночная петля (изн. п.)
- — лицевая петля (лиц. п.)
- — из 3-х п. провязать три: лиц., накид, лиц.
- — 2 п. вместе лиц., с наклоном влево
- — 2 п. вместе лиц., с наклоном вправо.

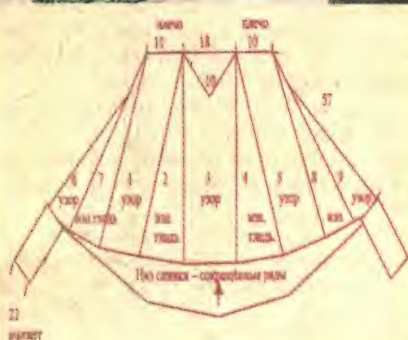
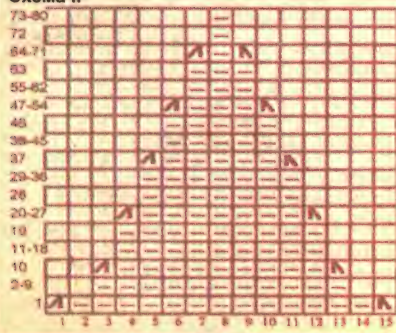


Схема II



Размер 46-50. Длина по спинке 112 см.

ЖИЛЕТ В СТИЛЕ ПЭЧВОРК

Объемный теплый жилет шьют из отдельно связанных больших квадратов. Он подойдет для тех, кто не готов взяться за вязание свитера, но уже устал от вязания шарфиков. Чтобы связать этот жилет, необходимо иметь только терпение, чтобы отдельно связать 31 квадрат, а затем сшить их между собой. Для тех, кто имеет навыки вязания в технике пэчворк, может воспользоваться ими, и тогда не придется сшивать квадраты между собой.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%, акрил 50%; 200 м/100 г) темно-серого цвета — около 1000 г, светло-серого — около 500 г, и белого — около 500 г; спицы № 5; игла для сшивания.

Узоры — по схеме I.

Описание работы

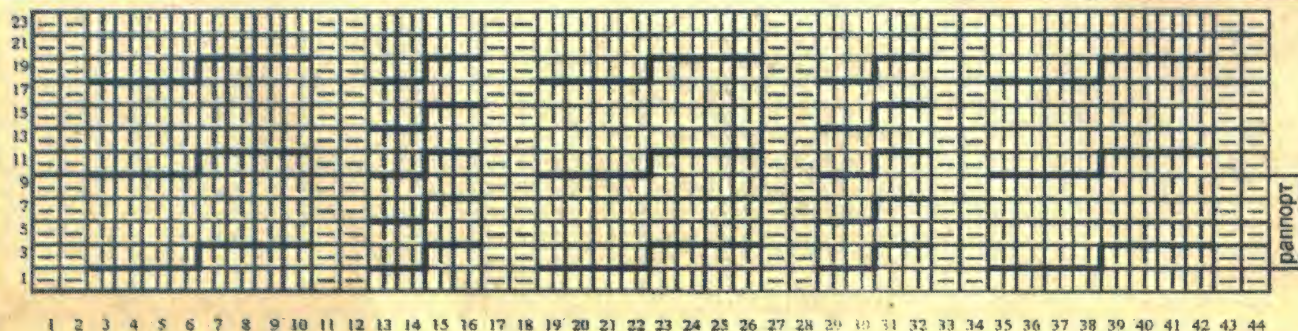
По схеме I связать 16 квадратов из темно-серой пряжи (14 — для жилета, 2 — для карманов), 7 квадратов из светло-серой пряжи, 8 квадратов из белой пряжи (7 — для жилета, 1 — для воротника). Квадраты должны быть одного размера (28х28 см).

Набрать на спицы 44 п. Вязать вверх по **схеме I**, повторяя узор с 3-го по 10 р., пока не свяжете 40 рядов. Закрыть все петли.

Сборка: соедините квадраты по схеме выкройки. Направление вязания каждого квадрата указано на схеме стрелками. Пришейте карманы. Для воротника возьмите белый квадрат, одной стороной пришейте к левой полочке, противоположной стороной пришейте к правой полочке. Третью (нижнюю) сторону этого квадрата пришейте к горловине спинки. Сшейте плечевые швы. Боковые швы сшейте по темно-серым и светло-серым квадратам, оставив несшитыми белые квадраты для пройм.



Подготовила Юлия ИВАНОВА



28 Своими руками

Размер 46-48. Длина по спинке 62 см.

АЖУРНАЯ НАКИДКА

Такая романтичная и симпатичная накидка скоро может стать вашей! Возьмите в руки крючок, пряжу, запаситесь терпением и, соединяя в процессе вязания отдельные части накидки, шаг за шагом вы свяжете эту изумительную вещь.

Не забывайте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%, акрил 50%; 200 м/100 г) — 550 г; крючок № 2,5; игла для сшивания.

Узоры: по схеме I и по схеме II.

Описание работы

Накидка состоит из 2 частей: левой — в виде трапеции, и правой — в виде 2 прямоугольников. Вязание начинайте с нижней части правой половины, затем вяжите верхнюю часть правой половины. Направление вязания указано стрелками на выкройке. Приступая к вязанию левой стороны, из боковой стороны уже связанного полотна (на выкройке обозначено А) связать ряд столбиков с накидом, потом свернуть по пунктирной линии пополам (изнанкой внутрь) правую часть накидки и продолжить вязание столбиков с накидом для левой части накидки по стороне В.

Нижняя часть правой стороны: наберите 80 в. п. Свяжите 6 р. ст. с/н., затем 2 раппорта (5-8 р.) по схеме I.

9-й и 10-й р. — по схеме I, затем 5 р. ст. с/н. и 2 р. ст. б/н.

Верхняя часть правой стороны: после вывязывания 2 р. ст. б/н. вяжите узором по схеме II на высоту 31 см.

Закончите вязание этого полотна по образцу вязания 6-го ряда на схеме II.

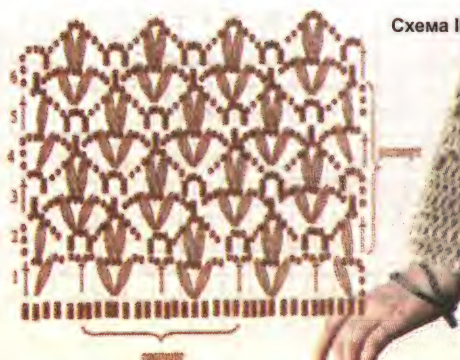
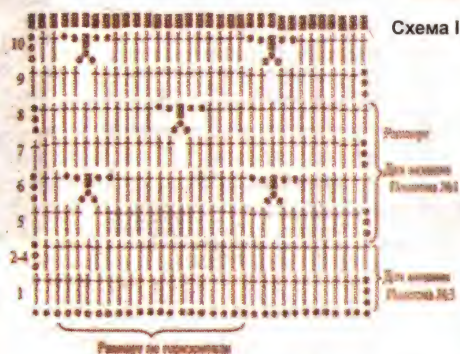
Левая сторона накидки: из боковой линии полученного квадрата свяжите ряд ст. с/н. для левой стороны накидки. Для продолжения ряда сверните по пунктирной линии пополам (изнанкой внутрь) правую часть накидки и продолжите вязание ст. с/н. для левой части накидки по стороне В.

Все полотно вяжется ст. с/н. В начале и в конце каждого ряда убавляйте по 1 ст. с/н. Свяжав полотно на высоту 62 см, сомкните полотно в круг и обвяжите 2 р. ст. с/н. (для руки). То же самое сделайте и с другой стороны накидки: сверните пополам полотно № 1 и обвяжите по кругу 2 р. ст. с/н.

Ваша накидка готова!

Условные обозначения:

- — воздушная петля (в. п.)
- I — столбик без накида (ст. б/н.)
- † — столбик с накидом (ст. с/н.)
- ↑ — направление (начало) вязания
- Ш — «пышный» столбик: накид, * ввести крючок под арку из в. п. предыдущего ряда, вытянуть длинную петлю, накид * (от * до * повторить еще 2 раза), подхватить крючком рабочую нить и провязать все петли и накиды на крючке.





ПРАВИЛЬНОЕ ОХЛАЖДЕНИЕ...

Мы с подругами любим белое вино и легкие закуски. Но каждый раз, придя ко мне в гости, они корят меня за то, что мое вино — прямой путь к ангине. Но я знаю, что перед подачей вино следует охладить, и кладу его в морозилку. К тому же, ледяное белое вино — это так вкусно!

Вам не следует использовать для охлаждения вина морозилку. Ему там не место. И если Вы поставите вино просто в холодильник на несколько часов, оно все равно будет слишком холодным. Даже игристые вина, которые принято подавать охлажденными до 5-7 градусов, не кладут в морозилку, а помещают в холодильнике подальше от морозилки и нулевой зоны. Там оно может храниться сколько угодно. А белому вину достаточно постоять в холодильнике не более 2 часов, чтобы приобрести нужную температуру в 12-15 градусов. Красное вино вообще охлаждают в холодильнике только в жаркую погоду, а чаще просто ставят в прохладное место.

...И ПОДАЧА

Желательно, чтобы игристые и белые вина так и оставались прохладными в течение всего застолья. Именно поэтому их принято подавать в ведерке со льдом. А еще вернее не со льдом, а со смесью воды и льда. Лед может слишком охладить вино. Поэтому налейте в ведерко на одну треть прохладной воды, положите туда горсть льда, дождитесь, пока он наполовину растает, и только тогда опустите бутылку в ведерко. Так лучше всего будет поддерживаться нужная температура вина.

ВНИМАНИЕ! Морозилку для охлаждения вина можно использовать только в экстренных случаях. Если гости уже на пороге, а вы забыли про вино, положите его в морозилку, но не более, чем на 10 минут. И помните, вино не должно замерзать, иначе оно потеряет и вкус, и аромат.

ПАРУ ЛАСКОВЫХ ДЛЯ... СВЕКРОВИ

Мне кажется, что ни одна мать никогда не признает, что ее сын выбрал себе жену, которая его достойна. Редко кто из свекровей может смириться с выбором сына. Вот и моя свекровь никак не может, хотя мы женаты уже почти три года. Каждый раз, когда мужа нет рядом, она обязательно сетует на то, как ее сынуля ошибся в выборе — взял в жены женщину, которая недостойна его мизинца. Мне ее сетования надоели. Рассказывать о ее поведении мужу и расстраивать его я не хочу, тем более, что о неприязни его матери ко мне он знает. Но и терпеть ее постоянное ворчание больше не могу. Что делать?

Вам следует откровенно поговорить со свекровью с глазу на глаз и твердо дать понять, что свое мнение о Вас ей следует держать при себе. Попробуйте объяснить ей, что каждый мужчина выбирает себе жену сам, без маминого одобрения, и раз ее сын выбрал Вас, значит ЕГО Вы устраиваете. А устраивать его маму Вы не обязаны, Вы не за нее выходили замуж. Можете даже намекнуть, что ее недостойное поведение может стать причиной того, что она будет видеться с сыном гораздо реже, чем сейчас. Не позволяйте перебивать себя и ни в коем случае не давайте ей запеть свою любимую песню о том, какая Вы неподходящая жена. Фактически Вам следует твердо и жестко, но крайне вежливо сообщить свекрови, что больше ее осуждения Вы слушать не желаете. К тому же у нее нет права решать за сына, подходит ему жена или нет.

Подобный разговор требует серьезной подготовки: не затевайте его под горячую руку, иначе не сможете сдержаться и останетесь в рамках вежливости. Поэтому заранее продумайте нужные слова, подберите аргументы и отрепетируйте свою речь.

ПРИЗНАК ДОВЕРИТЕЛЬНОСТИ

Я уже полгода работаю на новом месте, но так и не привыкла к местной традиции, когда все друг с другом на «ты». При этом к начальству или людям старшего возраста обращаются по имени-отчеству. У моей подруги на работе еще более странная ситуация: там даже старший специалист, которому скоро 70, для всех — Юра. Начальник у них молодой, и все называют друг друга по имени, но обращаются друг к другу на «вы». Мне такие правила обращения кажутся дикостью. Я не могу говорить малознакомому человеку «ты», но и идти против коллектива не хочется.



Если Вы станете следовать своим принципам и обращаться к коллегам на «вы», то тем самым подчеркнете свою особенность, и такая форма общения станет в коллективе отражением Вашей личной позиции.

Именно такие моменты, когда мы действуем согласно своим убеждениям, и делают нас личностями, даже если это идет вразрез с действиями других. Если Ваши коллеги станут недоумевать, услышав обращение по имени-отчеству и на «вы», честно скажите, что мама еще в раннем детстве объяснила Вам: на «ты» можно обращаться только к близким родственникам и друзьям. Всем остальным надо предоставлять возможность сохранять дистанцию в общении, а она предполагает обращение на «вы». Скажите, что возможно, со временем, когда Вы перестанете чувствовать себя в коллективе новичком, узнаете всех поближе, то перейдете на принятое в коллективе обращение.

ГОСТЯМ ВСЕГДА РАДЫ

Каждый год на Рождество к нам в гости приходят друзья. Я стараюсь приготовить какие-то традиционные блюда именно к этому празднику. За прошедший год я очень сблизилась с коллегой — очень приятной, общительной девушкой. Через полгода общения случайно выяснилось, что она мусульманка, хотя по ней этого не скажешь: одевается, как все, никаких разговоров о религии не ведет. Она настолько сблизилась со всеми нашими друзьями за этот год, что трудно представить, что за праздничным столом мы будем сидеть без нее. Но Рождество — не мусульманский праздник. Как мне быть? Приглашать подругу или нет?

За многие столетия совместного проживания людей, исповедующих разные религии, в нашей стране никакой межконфессиональной розни не наблюдается. Поэтому ничего плохого в том, чтобы пригласить мусульманку на праздничное застолье, нет. Ведь сами мусульмане с удовольствием угощают христиан, когда отмечают свой праздник — Ураза-байрам.



Подготовила Галина УШАКОВА

НОВОСТИ МОДЫ СЕЗОНА ВЕСНА-ЛЕТА 2017

Вот и настало время познакомиться с главными модными тенденциями нового весенне-летнего сезона! На что обратить внимание, подбирая гардероб на теплые месяцы года?

МОДНО:

АКЦЕНТ НА РУКАВА. Одним из главных хитов нового сезона становятся рукава. Дизайнеры предлагают пышные рукава-фонарики, разрезы в локтевых и внутренних швах, длинные рукава, скрывающие ладони, и другие интересные фасоны и детали.

БЕЛАЯ РУБАШКА в самых разных вариациях — на пике моды.

БЮСТЕ. Их носят не только на голое тело, но и надевая поверх блузы или рубашки.

ВЫРЕЗЫ — традиционный тренд теплого сезона. Сегодня они располагаются везде — на талии, плечах, спинке.

ГОРОХ, ПОЛОСКА И КЛЕТКА — основные модные принты.

ДЕНИМ. Без джинсовой одежды невозможно представить себе весенне-летний гардероб. Сегодня модны разнообразные украшения — вышивка, аппликации, надписи и так далее.

ЖЕЛТЫЙ И РОЗОВЫЙ — два главных цвета будущей весны и лета.

КВАДРАТНЫЕ И КРУГЛЫЕ ПЛЕЧИ. Объемные, массивные плечи очень актуальны в этом сезоне.

КОМБИНЕЗОНЫ — спортивные, романтические, праздничные и элегантные — должны обязательно присутствовать в арсенале настоящей модницы.

КОРСЕТ — очень женственная вещь необходима для тех, кто хочет подчеркнуть красоту фигуры.

ЛЕГГИНСЫ — удобные, комфортные и очень современные — празднуют свое возвращение.

ЛЕНТЫ — важный элемент декора, ими украшают блузки, платья и брюки.

НОВЫЙ ТРЕНЧ — просторный, объемный и просто роскошный!

ОБНАЖЕННОЕ ПЛЕЧО — новый вариант прошлогоднего тренда открытых плеч.

ОПТИЧЕСКИЕ ИЛЛЮЗИИ — новый модный принт для «цифрового» поколения.

РЮШИ, ВОЛАНЫ И ПЛИССИРОВКА плавно переключаются в новый сезон.

СТИЛЬ МИЛИТАРИ занимает одну из ведущих позиций на Олимпе моды.

НАСЫЩЕННЫЕ СОЧНЫЕ «ЛЕДЕНЦОВЫЕ» полосы в стиле поп-арт создают радужное настроение.





Своими руками ПОИГРАЕМ С МЕХОМ

Зима катится к завершению, и некоторым меховым вещам уже можно подарить вторую жизнь. Для этого подойдет как натуральный мех, так и искусственный, очень похожий на натуральный. В дело пойдут обрезки, полоски, воротники от давно вышедших из моды зимних пальто, опушки от отслуживших свой срок капюшонов, большие куски меха от шубки, которая уже вытерлась на рукавах или стала мала.

ВМЕСТО ШАПКИ

Полоску меха соедините в круг по размеру головы и с обратной стороны подшейте полоской кожи, замши, драпа или флиса так, чтобы у этого головного убора мех выходил за пределы ткани.

Тогда это подобие кубанки, только без донышка, можно носить на обе стороны: мехом и внутрь, и наружу.

Если у вас нет полосы меха такого размера, сшейте широкую полосу из плотной ткани, проложив ее тонким дублирином, а опушку пришейте из тонких полосок меха.



МЕХОВЫЕ КАРМАНЫ

Украсят не только зимнее или демисезонное пальто, но и длинную куртку, и даже драповый кардиган. Главное — эти меховые карманы должны быть большими, тогда они сразу бросаются в глаза, добавляя вещам стильности и неповторимости.

Чтобы мех служил дольше, обязательно подшейте к карманам изнутри подкладку. Вы даже можете сделать их съемными, сшив карманы отдельно и прикрепляя к разным вещам с помощью пуговиц или кнопок.



Особую прелесть этой вещи придает сочетание разных фактур. Одна половина палантина — это связанная на спицах широкая полоса, а вторая — пластина меха. Сшейте их вместе, по желанию украсьте места соединения декоративными моментами. Если вы не умеете вязать, в качестве трикотажной части палантина можно использовать спинку свитера. Распорите свитер по швам, подверните бока спинки до нужной ширины и подшейте, а «некондиционные» верх и низ спинки свитера спрячьте под меховую часть палантина. Тепло, красиво, необычно.



ИЗ СТАРОГО ВОРОТНИКА

Если вы хорошо ухаживаете за мехом, он не теряет своей прелесть в течение многих лет. Поэтому для модного аксессуара отлично подойдет воротник, который, возможно, украшал драповое пальто вашей мамы много лет назад. Отпорите его и подшейте с внутренней стороны подкладку.

● Если воротник с прямым срезом, пришейте к краям полоски трикотажного полотна или половинки подходящего по цвету шарфа. Такой воротник можно носить поверх верхней одежды, а также джемперов, свитеров и жакетов.

● Воротник с закругленными краями отлично сочетается с цветным шелковым платком. Пришейте с обратной стороны воротника паты, пропустите через них сложенный полосой платок, наденьте воротник, а свободные концы платка завяжите на узел или бант.

Можно взять маленькую шелковую косынку, продеть ее в крайние с каждой стороны паты и стянуть ею концы воротника.

ВНИМАНИЕ! Примерьте воротник с платком на голову, возможно, вы будете носить его наподобие кубанки.



34 Своими руками МЕЛКИЕ МЕХОВЫЕ ФОРМЫ

Даже небольшие кусочки меха пойдут в дело и позволят вам смастерить себе браслет или ремешок для часов, наподобие тех, что предлагают известные фирмы.

БРАСЛЕТ-МАНЖЕТ

Для него идеально подойдет меховая оторочка рукавов. Спорите ее, к краям, которые были подвернуты, подшейте изнутри подкладку. Один торец прямоугольника подверните внутрь, но углы оставьте, а углы второго торца закруглите. Прорежьте в меховом прямоугольнике отверстие для пуговицы.

Не просчитайтесь, концы браслета должны заходить один на другой не менее, чем на 5 см. Пуговицу выберите крупную, обтянутую кожей, или деревянную. Можете добавить браслету шарма, пришив по средней линии несколько пуговиц, или гламурности, добавив брошку и бусины.



БРАСЛЕТ В СКАНДИНАВСКОМ СТИЛЕ

Для основы вам понадобится металлический разомкнутый браслет и полоска крашеного меха норки. По размеру основы нарисуйте выкройку. Мех слегка намочите и зачешите немного внутрь, чтобы оголить края мездры. Приложите к ней выкройку и острым скорняжным или, в крайнем случае, канцелярским ножом (подойдет даже лезвие для безопасной бритвы) вырежьте меховую заготовку. С помощью клеевого пистолета приклейте заготовку на основу браслета, а когда клей подсохнет, расчешите мех, чтобы он лежал в одну сторону.



БРАСЛЕТ ДЛЯ ЧАСОВ

Вам понадобится близкий к квадрату прямоугольник меха того же цвета, что и ремешок часов. Переверните мех обратной стороной, положите поверх него часы так, чтобы они оказались точно посередине и отметьте, где будут отверстия для ремешка. Прорежьте отверстия и вставьте в них обе части ремешка.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА



ВАРЕЖКИ-ЕЖИКИ

Почему бы не превратить обычные варежки в парочку забавных ежей? Для этого свяжите четыре маленьких полукруга для ушек, из бусинок смастерите глазки и вышейте черной пряжей носик. В качестве мягких «иголок» подойдут полоски меха или пушистого флиса, пришитые на тыльную сторону варежек.



ПОМПОН-МИШКА

Забытые игрушки младшей сестренки могут вновь порадовать ее или новых хозяев. Например, голова небольшого плюшевого мишки вполне может украсить вязаную шапочку простого фасона в виде забавного помпона.



ВЯЗАНАЯ ШАПОЧКА + ПОМПОНЫ

Простая шапочка, связанная крючком или на спицах, может стать настоящим шедевром, если пришить к ней несколько меховых помпонов друг за другом в виде хвостика.



ШЛЯПА С МЕХОМ

Посмотрите, как необычно и стильно выглядит шляпа с полями, украшенная пушистым мехом того же цвета! Этот нехитрый прием позволит вам стать обладательницей шикарной и очень элегантной вещицы!



ПЕРЧАТКИ С ДЕКОРОМ

Как сделать свои перчатки оригинальными и неповторимыми? Это очень просто! Можно, например...

...пришить к верхнему краю два ряда небольших разноцветных помпончиков;

...украсить верхний край стилизованными бантиками и композицией из цветов и бусин, а пальчик декорировать полоской из мелких жемчужных бусинок — как колечко;

...пришить к верхней части перчаток мелкие предметы: миниатюрные цветочки, помпончики и малюсеньких игрушечных медвежат.

ВЕСТА № 2 Февраль 2017

БЕЙСБОЛКА: ЗИМНИЙ ВАРИАНТ

Утеплите свою любимую бейсболку, пришив к ней широкую полоску натурального или искусственного меха (для этого может вполне подойти воротник от старого пальто), и вы сможете с успехом носить ее даже в очень холодную погоду.



37



МЕХОВЫЕ КОЛЕЧКИ

Теплая и пушистая меховая бижутерия покорила сердца модниц в этом сезоне. Порадуйте себя новым украшением (а еще лучше – несколькими, разных цветов!) в виде колечек. Возьмите готовую металлическую основу для кольца и приклейте к ней небольшой меховой помпон с помощью клеевого пистолета. Интересно смотрятся сразу несколько разноцветных колец, надетых на одну руку.

Подготовила Марина ГРУЗДЕВА





ТРИКОТАЖНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП

Трикотажные свитера, джемперы, пуловеры и водолазки могут выглядеть совсем нескучно – для этого достаточно добавить к ним несколько оригинальных деталей: карманов, помпонов, кисточек, молний... Многие из представленных моделей можно смастерить своими руками или переделать из тех, которые уже имеются в вашем гардеробе.

1 Свитер-пончо с рукавами покроя реглан и застежками-«молниями», вшитыми вдоль конструктивных швов, благодаря которым можно изменять фасон свитера.

2 Изюминка этой трикотажной водолазки из ткани с металлизированными волокнами – оригинальный воротник-шарф, завязывающийся на стильный узел.

3 Эффектный джемпер с оригинальным решением горловины – длинной патой с пряжкой и декоративными

накладками на рукавах – заслуживает самого пристального внимания модниц.

4 Простой темно-серый пуловер с белой планкой у горловины выглядит очень нарядно благодаря простому, но эффектному украшению в виде красного банта.

5 Удлиненный джемпер-туника с разрезами в боковых швах, длинными шлевками на талии, в которые можно вставить сразу несколько ремешков разного цвета, и рукавами с оригинальными

контрастными манжетами выглядит очень стильно.

6 Связанный из толстой пряжи свитер имеет очень необычный декор из бахромы, выполненной из выпущенной на лицевую сторону пряжи разных цветов. На рукавах нашиты «заплатки» из лоскутов ткани с аппликацией.

7 Укороченный свитер со спущенными плечами украшен длинной бахромой на талии, выполненной из той же пряжи.

8 Связанный на спицах свитер ярко украшен узором из разноцветных помпонов и бахромы. Этот простой и эффектный декор может дополнить любой имеющийся в вашем гардеробе свитер.

9 Обычный пуловер с небольшими разрезами в боковых швах имеет очень интересную деталь в виде завязывающегося пояса на талии, выполненного из той же ткани.

10 Интересное украшение для свитера – объемные карманы, похожие на облака, выполненные из флиса и застегивающиеся на металлические «молнии».

7



10



11



11 Оригинальный трикотажный жилет со шнурами, завязывающимися на спинке, декорированный помпонами и шнурами, можно связать на спицах или сшить из куска трикотажа. Эта вещь станет очень необычным дополнением к любому наряду.

12 Очень стильная модель с кожаными заплатками на рукавах и съемным воротником с кожаными элементами и ремешками с металлическими пряжками украсит гардероб любой модницы.

13 Простую черную водолазку легко превратить в стильную вещь: достаточно просто отрезать нижнюю часть рукавов и вместо них пришить широкое кружево.

14 Еще одно оригинальное украшение для свитера

13



12



или джемпера — кисточки из шерстяной нити контрастного цвета, пришитые по нижнему краю изделия.

15 Пушистый свитер станет еще уютнее, если пришить к его плечам и рукавам шерстяные или меховые помпончики контрастного цвета.

16 Интересная идея: отрезать у обычного джемпера нижнюю часть в виде полукруга и пришить к нему рюши из белой хлопковой ткани.

17 Свитер, расшитый кожаными лентами — это что-то новенькое! Особенно хорошо подходит для такого декора свитер ажурной вязки. Для его украшения достаточно продеть кожаные ленты в отверстия узора.

14 15



16



17



Гороскоп

с 15 февраля по 15 марта

Астролог-консультант Елена ГИЩ

ОВЕН Вторая половина февраля может оказаться удачной. Это период романтических встреч, влюбленности, вступления в брак. Вам могут предложить новую должность или перспективную работу. В первой половине марта судьба может свести вас с интересными людьми, а общение с ними может перерасти в дружбу. Деловые поездки и встречи будут удачными.

Неблагоприятные дни в феврале: 16, 22, 26. В марте: 2, 7, 11, 16.

ТЕЛЕЦ Главным источником успеха и прибылей во второй половине февраля будет напряженная работа. А интересные события и встречи дадут вам новый импульс. С 19-го по 25-е вам, возможно, придется защищать свою репутацию.

Первая половина марта доставит много хлопот, но крупных неприятностей не предвидится. С 10 по 15 марта возможны мелкие проблемы и неувязки в делах.

Неблагоприятные дни в феврале: 15, 19, 25. В марте: 1, 6, 10, 14.

БЛИЗНЕЦЫ Вторая половина февраля — удачный период для налаживания партнерских отношений, заключения деловых контрактов и вступления в брак. В первой половине марта особенно с 5 по 7 числа на вашу голову могут свалиться проблемы деловых партнеров и ближайшего окружения. Финансовая помощь может потребоваться кому-то из родственников.

Неблагоприятные дни в феврале: 16, 22, 28. В марте: 2, 7, 11.

РАК Во второй половине февраля не исключены конфликты из-за необходимости отстаивать свои имущественные права, конфронтация с близким окружением. В первой половине марта вам могут предложить более высокую должность. Не исключена вероятность заключения выгодного брака. После 12 марта в делах и финансах наметятся хорошие перспективы.

Неблагоприятные дни в феврале: 15, 19, 24. В марте: 1, 6, 9, 15.

ЛЕВ В конце февраля и начале марта поездки, встречи и переговоры не будут успешными. Возможны судебные разбирательства, необходимость урегулирования спорных финансовых вопросов, выплата долгов, штрафов. Откажитесь от путешествий и дальних поездок, так как опасность травматизма, финансовых и материальных потерь, а также сезонных инфекций высока.

Неблагоприятные дни в феврале: 17, 21, 28. В марте: 2, 8, 12.

ДЕВА С 15 по 24 февраля вы можете столкнуться с неблагоприятными последствиями непродуманных финансовых вложений, потерь и даже краж. Не делайте крупных покупок, не вкладывайте деньги в сомнительные дела. Начало марта будет удачным для налаживания партнерских и супружеских отношений, вступления в брак, участия в общественных мероприятиях.

Неблагоприятные дни в феврале: 15, 20, 25. В марте: 1, 5, 9, 15.

ВЕСЫ Вторая половина февраля благоприятна для развития деловых отношений и урегулирования конфликтов, возникших в начале месяца. В первой половине марта много радости доставят дети, возможны встречи с родственниками или друзьями, проживающими в других городах или странах. Здоровье не подведет, а вот финансовые расходы окажутся большими.

Неблагоприятные дни в феврале: 17, 22, 26. В марте: 3, 8, 12.

СКОРПИОН Во второй половине февраля старайтесь не пускать финансовые дела на самотек, держите все под контролем. С 25-го по 27-е постарайтесь избежать потери денег и прочих ценностей. Начало марта — благоприятный период и для работы, и для здоровья. В это время могут появиться новые возможности, которые помогут стабилизировать ваше финансовое положение.

Неблагоприятные дни в феврале: 15, 21, 25. В марте: 1, 4, 9, 13.

СТРЕЛЕЦ В период с 15 по 25 февраля возможны удачные поездки, возобновление отношений со старыми партнерами и новые контакты. Придется заниматься приятными домашними хлопотами и совершать крупные покупки. Начало марта принесет большой объем работы и, возможно, простудное заболевание. После 9-го вас ждет улучшение здоровья и личных отношений.

Неблагоприятные дни в феврале: 18, 23, 27. В марте: 3, 8, 12.

КОЗЕРОГ Поездки, намеченные на вторую половину февраля, должны быть удачными. Однако, собираясь в дальний путь 21-24 числа, не забудьте захватить с собой паспорт и проездные документы. Первая половина марта, несмотря на финансовые трудности, не испортит настроения. Семейным людям много радости доставит общение с детьми и близкими родственниками.

Неблагоприятные дни в феврале: 19, 24, 28. В марте: 4, 9, 13.

ВОДОЛЕЙ Период с 15 по 28 февраля — благоприятное время для начала любых новых дел, рискованных проектов и важных встреч. 21-25 числа возможно поступление крупной суммы денег. С 1 по 7 марта придется столкнуться с препятствиями в осуществлении планов. Будьте внимательны к своему здоровью. После 8 числа везение будет вам сопутствовать.

Неблагоприятные дни в феврале: 18, 23, 27. В марте: 3, 7, 12.

РЫБЫ Лунное затмение в феврале может плохо отразиться на вашем здоровье. Не перегружайтесь и избегайте конфликтов. В конце месяца ваша энергетика начнет возрастать, настроение улучшится. Начало марта порадует финансовыми поступлениями и приятными событиями в личной жизни. Если что-то пойдет не так, не огорчайтесь. Скоро поймете, что все к лучшему.

Неблагоприятные дни в феврале: 16, 19, 24, 28. В марте: 5, 10.

ЛУННЫЙ

ПОСЕВНОЙ КАЛЕНДАРЬ НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2017 ГОДА



Запрещенные дни посадки, пересадки растений и начала проращивания семян

Проращивание
семян на рассаду
или выгонку

Посадка под пленку
и в теплицы

ФЕВРАЛЬ

МАРТ

АПРЕЛЬ

МАЙ

ИЮНЬ

24-27

23-25,
27-29

19-21,
25-27

17, 18,
24-26

13-15,
23-25

ОПТИМАЛЬНЫЕ СРОКИ ПОСАДКИ И ПЕРЕСАДКИ РАСТЕНИЙ

«ВЕРШКИ» быстрорастущие – растения, дающие плоды над землей: бобы, фасоль, горох, чечевица, огурцы, петрушка, салат, шпинат, укроп, сельдерей, лук, зеленные и пряно-вкусовые растения, клубника садовая; газонные травы.

1-8,
12, 13

3, 7, 8,
13-17,
30, 31

3, 4, 12,
13, 30

1, 9-11,
28

3-7

«ВЕРШКИ» с сильными корнями: арбузы, дыни, тыква, перец, томаты, баклажаны, кабачки, все виды капусты, кукуруза; хрен; злаковые.

7-9,
16-18,
22, 23

1-4, 7, 8,
21, 22,
30, 31

3, 4,
10-13,
30

1, 7-16,
29

6, 7,
16, 17

«КОРЕШКИ» — растения, дающие плоды под землей: картофель, брюква, морковь, свекла, редис, репа, редька, ревень, топинамбур, лук на репку, петрушка на корень.

14-18,
22, 23

15-22

10-18,
22, 23

12-16,
19, 20

11, 12,
16, 17,
20, 21

ПЕРИОДЫ ЛУНЫ В 2017 ГОДУ

Растущая Луна

1 января – 12 января
29 января – 11 февраля
27 февраля – 12 марта
29 марта – 11 апреля
27 апреля – 11 мая
26 мая – 9 июня
25 июня – 9 июля
24 июля – 7 августа
23 августа – 6 сентября
21 сентября – 5 октября
20 октября – 4 ноября
19 ноября – 3 декабря
19 декабря – 2 января
2018 года

Убывающая Луна

13 января – 28 января
12 февраля – 26 февраля
13 марта – 28 марта
12 апреля – 26 апреля
12 мая – 25 мая
10 июня – 24 июня
10 июля – 23 июля
8 августа – 22 августа
7 сентября – 20 сентября
6 октября – 19 октября
5 ноября – 18 ноября
4 декабря – 18 декабря
3 января – 17 января
2018 года

ПОЯСНЕНИЕ

к Посевному календарю

Посевной календарь на первое полугодие 2017 года составлен с учетом фаз Луны и времени прохождения ею определенных знаков Зодиака. Погодные условия и климатические особенности природных зон во внимание не принимались. В расчетах ис-

пользовано московское время.

Не рекомендуется проводить работы с растениями (запрещенные дни) в период новолуния – день до новолуния, день новолуния, день после новолуния, а также, когда Луна проходит знак Водолея. Следует соблюдать предельную осторожность при работе с растениями в первые дни полнолуния и при Луне в знаке Льва – можно повредить корни растений или получить травму.

Следует помнить, что растения, дающие плоды над землей, лучше сажать при растущей Луне (от новолуния до полнолуния), а растения, дающие плоды под землей, хорошо растут, когда посев или посадка производятся при убывающей Луне (от полнолуния до новолуния). При проращивании семян учитывалось положение Луны в наиболее благоприятных для этого знаках Зодиака.

Астролог-консультант Николь БУРЯ

44 Мужчина вашей жизни ПРОПУСТИЛИ ОСВАЛЬДА И ЖДЕМ ВАЛЕНТИНА

Многие современные мужчины растеряли решительность, свойственную их полу, и с таким важным решением, как предложение руки и сердца любимой, тянут до последнего. Почему? Сомневаются в себе, боятся отказа или не хотят расставаться со свободой — не важно, но женщинам все чаще приходится самим делать предложение.

Конечно, отношение к такому действию неоднозначное, все-таки, наш менталитет предполагает, что женщине не положено предлагать себя в жены. Но мы попробуем доказать вам, что сделать предложение мужчине можно, и при этом не унижаться и не переступать через собственную гордость.

В РАМКАХ ТРАДИЦИЙ

Да, традиционно инициатива создания семьи принадлежит исключительно мужчине. Но в последние годы происходит очень активное взаимопроникновение и даже слияние традиций. Прижился же на нашей почве некогда чуждый нам праздник всех влюбленных. Почему не вспомнить, что, кроме него, в европейских странах есть и другая традиция, которой уже больше тысячи лет. 29 февраля, в день святого Освальда, каждая девушка или женщина имеет право сделать предложение мужчине, который ей нравится. Но следующего високосного года предстоит ждать целых три года, так почему бы не использовать для объяснения день святого Валентина? Тем более, что романтическая обстановка этого праздника способствует продвижению отношений на новую ступень. А если ваш избранник выразит удивление по поводу вашей решительности или вы поймете, что он все-таки не готов принять ваше предложение, всегда можно сделать шаг назад и сказать, что вы никак не могли придумать, как поздравить его с праздником, и нашли такой неординарный способ сказать о своей любви. Она настолько сильна, что вы даже согласны связать с ним свою жизнь. И пусть теперь уже он выкручивается и рассказывает вам о своей любви.

ВСЕ ОБДУМАНО И СПЛАНИРОВАНО

Если вы все-таки решитесь сделать этот ответственный шаг, сначала все хорошенько проанализируйте, чтобы было понятно, не торопитесь ли вы. Прежде чем задавать любимому мужчине самый главный вопрос, желательно быть хотя бы на 90 процентов уверенной, что он ответит «да».

А сами вы уверены, что хотите связать свою жизнь именно с этим мужчиной? Действительно ли так сильна ваша любовь или вам просто хочется замуж?

Если вы

- давно вместе, любите друг друга, у вас очень теплые отношения и вы оба счастливы
 - живете вместе, и быт вас объединяет, а не становится поводом для споров и обид
 - научились слушать и слышать друг друга, стали опорой друг другу в любых ситуациях
 - много раз говорили о будущем, и окружающим понятно, что оно у вас общее,
- можете делать предложение своему мужчине, потому что вопрос о вашей свадьбе давно созрел, витает в воздухе — и нет никакой разницы, кто именно произнесет эти заветные слова.

Но если вы

- своим предложением надеетесь «привязать» его к себе
 - хотите проверить, насколько серьезно он к вам относится
 - пытаетесь спасти ваши непонятные или пошатнувшиеся отношения
 - боитесь остаться одна,
- ни в коем случае не берите инициативу на себя. Во-первых, он может сказать «да», но это не исправит ваших отношений и вряд ли добавит счастья вашей совместной жизни. Во-вторых, если нет любви и отношения рушатся, лучше расстаться, не выставляя себя напоследок идиоткой.

«ДА» ИЛИ «НЕТ»?

Вы хорошо знаете своего возлюбленного, вам известны его жизненные принципы, поэтому, если хорошо подумаете, сможете с большой точностью предсказать его ре-

акцию на ваше предложение. И надо сказать, что, какими бы сказочными ни были ваши отношения, многие мужчины считают, что предложение руки и сердца — чисто мужская прерогатива, и женскую инициативу в этом вопросе не приветствуют.

«Да, мне было приятно, что моя возлюбленная сделала такое оригинальное предложение руки и сердца, и я дал согласие, но у меня остался червячок сомнения — так ли хорошо я ее знаю, если даже предположить не мог, что она может быть такой решительной и настойчивой. И все равно почему-то осталось впечатление, что она меня на себе женила. Я сам хотел сделать предложение, просто ждал годовщины нашего знакомства, а она меня опередила, и я до сих пор ощущаю, что у меня как у мужчины что-то отняли». Алексей, 27.

«Мы прожили вместе два года, и я несколько раз заводил разговор о свадьбе, но жена, а я всегда считал ее именно женой, говорила, что ей совершенно не важен штамп в паспорте. А потом вдруг взяла и сама сделала мне предложение. Как мне было приятно, это был знак, что она абсолютно уверена во мне и нашем совместном будущем, что она со мной настолько счастлива, что захотела узаконить наши отношения. Я был очень рад». Антон, 31.

Подумайте, на кого из этих мужчин больше похож ваш избранник. Будет ли он рад услышать от вас предложение руки и сердца? А может быть, ваша инициатива разозлит или напугает его? Учитывайте возможную реакцию, когда будете принимать решение.



ВЫБЕРИТЕ МОМЕНТ

Чтобы сюрприз обрадовал вашего избранника, необходимо знать его вкусы и пристрастия. Подумайте, что могло бы ему понравиться: ваше предложение руки и сердца на зимнем пикнике в окружении друзей или в интимной обстановке во время романтического ужина. Планируя сценарий, постарайтесь основываться не на своем представлении о том, каким вы видите идеальное предложение, а на том, что вы делаете сюрприз для любимого.

Наилучшая обстановка для такого ответственного момента — спокойная и непринужденная, в которой вы оба чувствуете себя комфортно.

● Вспомните, с чего начинался ваш роман, выберите место, с которым у вас обоих связаны приятные воспоминания, например, то самое кафе, в каком вы провели свое первое свидание, наденьте то самое платье, закажите ту самую песню — такой сценарий, наверняка, оценит романтик.

● Если он — активный человек, любящий спорт, подстегните его эмоции хорошей порцией адреналина: пригласите его на лыжную прогулку в лес или на партию в боулинг-клуб, а потом неожиданно сообщите ему волнующую новость.

● Любителю всего необычного купите какую-нибудь неординарную вещь

и сделайте на подарке надпись: «Давай поженимся!».

● Для любителя приключений и головоломок можно устроить «поиск сокровища» — записки с вашим предложением.

● Если он любит быть в центре внимания, сделайте признание через радиостанцию, которую он постоянно слушает, или закажите рекламный баннер с его фотографией рядом с дорогой, по которой он ездит с работы домой. Главное, чтобы он понял, что вы сделали это для него, потому что его любите, и ощутил себя самым счастливым человеком на свете.

ВНИМАНИЕ! Помните, что ваше предложение никак не должно быть связано с сексом. Да, после феерической ночи он будет расслабленным, романтичным и обязанным сказать «да». Но будет ли этот ответ взвешенным и искренним?

ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕ СТОИТ

Продумывая сценарий своего признания, помните, что успех подобного предприятия основывается на двух вещах: простота и неожиданность. Не изобретайте сложных многоходовок, по возможности не используйте помощь других, особенно многих людей, не продумывайте множество тонких и мелких деталей. Ваш план должен сработать независимо от обстоятельств (плохой погоды или пробок на дорогах). И если подобные вещи способны вам помешать, от этого плана лучше откажитесь.

Еще одно табу — присутствие близких людей. Некоторые дамы используют родственников в качестве подстраховки, но в этом случае ваше признание будет похоже на выкручивание рук. Вдруг вы ошиблись в расчетах, и он не хочет принимать ваше предложение, но будет вынужден согласиться, чтобы не позорить вас, не разочаровывать родных и не оказаться в глупом положении, когда придется свой отказ как-то объяснять.

ВЫБЕРИТЕ ПРАВИЛЬНЫЕ СЛОВА

Очень многое зависит от того, какие именно слова вы выберете для своего предложения: чем они проще, тем легче вам будет их сказать, а ему услышать. Например: «Я так люблю тебя, что хочу всегда быть с тобой и даже согласна выйти за тебя замуж» или «Я хочу провести с тобой всю жизнь, не расставаясь ни на минуту. Давай, поженимся и всегда будем вместе». Старайтесь избегать фраз вроде: «Женись на мне», «Я хочу быть твоей женой», «Возьми меня замуж» и тому подобных. Когда мужчины делают предложение, они не бывают такими напористыми, они смиренно ждут ответа и даже дают время на раздумье. Для разрядки обстановки, давая любимому минутку на то, чтобы сориентироваться в ситуации, можете воспользоваться

ноу-хау Челентано и спросить: «Какой будет твой положительный ответ?»

ВСЕ ПОШЛО НЕ ТАК

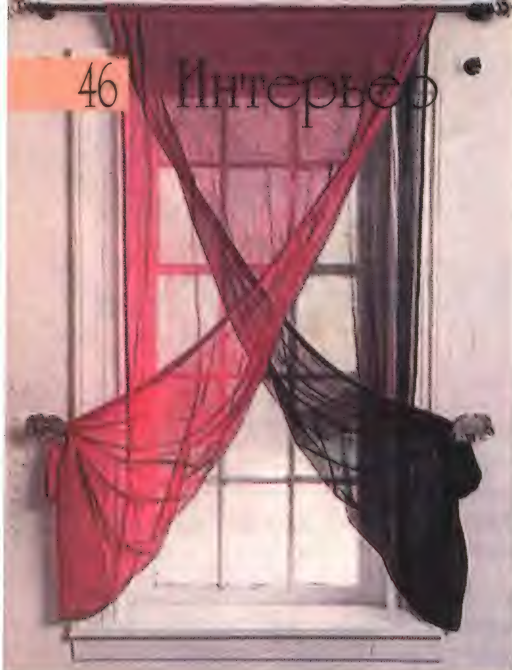
Если реакция вашего мужчины оказалась совсем не той, какую вы ожидали, не паникуйте. В действительности, он, возможно, хотел бы сказать «да», но в данную минуту просто чувствует себя застигнутым врасплох. Нежно обнимите его и постарайтесь смягчить обстановку. Вернитесь к разговору после того, как эмоции улягутся.

Самый большой риск, который во все века ожидал мужчину, делающего предложение своей даме, — это отказ. Не думайте, что вы от него полностью застрахованы.

Затевая объяснение и делая предложение, вы должны быть готовы к тому, что это, возможно, ваша последняя встреча. Если мужчина не поймет вашей инициативы, воспримет ее как намек на его нерешительность или почувствует давление с вашей стороны, вряд ли ваши отношения сохранятся вообще. Даже если он будет нерешителен и не даст прямого ответа, не сказав ни «да», ни «нет», у вас будет повод для серьезного разговора о перспективах ваших отношений.

Не бойтесь показаться смешной, делая предложение. Если вас связывает настоящая любовь, ваш мужчина не просто примет его, а еще и вздохнет с облегчением, что вы избавили его от сомнений и нескольких неприятных минут в ожидании вашего решения, а поскольку они всегда сомневаются, взяв будущее ваших отношений в свои руки, вы поймете, что его радость и благодарность не знает границ.

Подготовила Мария ДРОНОВА



ШТОРЫ НА ЛЮБОЙ ВКУС

Любой хозяйке известно, что шторы — один из главных акцентов интерьера. А необычные шторы способны придать помещению не только законченный вид, но и ни с чем не сравнимую оригинальность.



ШТОРЫ ДЛЯ КУХНИ ИЛИ КОРИДОРА

● Два полотнища контрастной органзы повешены одно поверх другого и застрочены кулиской, через которую пропущен кронштейн. Прелесть этой шторы в том, что полотнища разведены по сторонам и закреплены, как у восточного шатра.

● По этому же принципу сшита белая штора из вуали с черной обтачкой, но отвороты смотрятся иначе за счет того, что полотнища большой ширины.

● Необычно смотрится сочетание маленькой шторы по размеру окна из белой вуали, отороченной коричневым, и шторы из неж-





ной коричневой тонкой органзы.

● У вас такая маленькая кухня, что даже шторы повесить некуда? Прикрепите их прямо к раме. Вкрутите в полотно рамы болты, соединенные металлическим прутком или толстой проволокой, предварительно продев их в кулиски штор из льняного полотна. Посередине оберните шторы патай на липучке, чтобы придать им форму песочных часов.

● Пять нешироких отрезков белой вуали разной длины с контрастной черной обтачкой и закругленным низом можно повесить немного внахлест. А особую прелесть этим шторам придает стянутый резинкой волан, надетый поверх каждой шторы.

ШТОРЫ ДЛЯ ЖИЛОЙ КОМНАТЫ

● Две шторы контрастного цвета кажутся завязанными узлом. На самом деле соединяет их отдельно сшитая пата в форме восьмерки. А каждая штора пропущена через отдельное кольцо этой восьмерки.

● Тонкая портьерная ткань или тюль с каймой как нельзя лучше подходит для шторы, состоящей из нескольких полотнищ, скрепленных посередине сшитыми из той же ткани патами, имитирующими розы.

● Если у вас арочное окно или вы хотите, чтобы оно таким казалось, обязательно покупать специальный дорогой полукруглый кронштейн для штор. Достаточно прибить по контуру арки декоративные дверные ручки или похожие на них держатели-вешалки, а к шторам пришить завязки или петельки, чтобы можно было повесить их на эти держатели.

● Очень оригинально смотрится штора, состоящая из двух частей, соединенных кольцами для штор, пропущенными через паты.

● Белая штора из вуали смотрится скучно, если только на нее не повесить сверху разноуровневые треугольные шторки из органзы контрастного цвета.

● Плотные ночные шторы будут выглядеть очень необычно, если вы закрепите их на кронштейне с помощью кулиски, а полотнища соберете бантовыми складками, застро-



чите их в верхней части и пришьете для декора контрастные пуговицы.

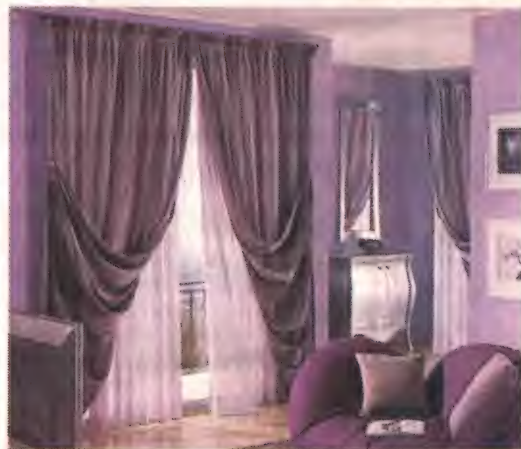
● Чтобы шторы красиво смотрелись, мы обычно собираем их посередине и закрепляем зажимом, лентой или шнуром. Попробуйте приподнять у ваших штор внутренние нижние углы и закрепить, как в старину закрепляли верхние юбки на парадных платьях. Все будут думать, что вы повесили новые шторы.

● Чтобы создать такую необычную композицию, вам понадобятся три узких полотнища тюля с крупным рисунком, в нижнюю кулиску которых для жесткости вставлены металлические или деревянные прутья и две широкие шторы белой органзы, собранные на паты.

● Пять полотнищ штор из нежной органзы прикреплены к кронштейну в шахматном порядке. Особую прелесть шторам придают широкие паты из плотной ткани и сшитый из нее же ламбрекен.

● Обычные однотонные квадратные шторы длиной чуть ниже подоконника будут выглядеть ошеломляюще, если по нижнему краю отмерить треть ширины, от этого места пришить по косой шторные ленты и затянуть их.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА



ПОДРУГИ

ИЛИ ЛИЧНАЯ ЖИЗНЬ?

Тест

Друзей у вас немного, но вы дружите еще со школы, поэтому доверяете им, как себе. А может, в вашем окружении часто появляются новые личности — все они разные, но вам с ними интересно. И пусть они не самые близкие, к их мнениям вы всегда прислушиваетесь. А еще у вас есть любимый человек, который нравится не всем, впрочем, как и не все подруги нравятся ему. Влияют ли подруги на ваши личные отношения? Возможно, вы сможете понять это, ответив на вопросы нашего теста.



1 Вы серьезно поссорились с вашим мужчиной. С кем вам в первую очередь хочется поделиться и посоветоваться?

- 1 Не буду делиться ни с кем — это очень личное.
- 2 Позвоню одной — самой близкой и мудрой подруге, — только она и успокоит, и даст дельный совет.
- 3 Расскажу всем, кто входит в мое окружение: подругам, друзьям, родственникам — выслушаю все их советы и только тогда сделаю решительный шаг.

2 Вы дружите только с теми, кто безоговорочно разделяет ваши убеждения?

- 1 Да, и только с ними. Я не буду общаться с людьми, с которыми у нас разные взгляды.
- 2 Мы можем расходиться в каких-то мнениях, но в общем и целом мы — единомышленники.
- 3 Это не принципиально. Главное — с этими людьми

ми мне интересно, я чувствую себя рядом с ними спокойно и комфортно.

3 Вы собираетесь на какое-то мероприятие и считаете, что выглядите замечательно. Ждете ли вы комплиментов от тех, кто будет там присутствовать?

- 1 Конечно. Они мне просто необходимы, чтобы чувствовать себя уверенно.
- 2 Комплименты, безусловно, нужны каждой женщине — для настроения. Но и без них оно не испортится.
- 3 Я не веду на комплименты. Это пустые слова.

4 Как бы вы одной фразой охарактеризовали свое дружеское окружение?

- 1 Все мои подруги из одного социального слоя, одного образовательного уровня, у нас одни увлече-

ния, вкусы и интересы. Если бы мне удалось собрать их вместе, они наверняка нашли бы общий язык.

- 2 Мои подруги — из разных слоев, у них разный достаток, они разного возраста. Наверное, у них мало общего, но мне они все интересны — по-разному.
- 3 У меня часто меняются знакомые, и многие из них становятся подругами — все зависит от моих увлечений в данный момент.

5 Все влюбленные хоть редко, но ссорятся. А кто в вашей паре первым мирится?

- 1 Как правило — я.
- 2 Чаше всего — он.
- 3 Как когда — по-разному.

6 Какие мысли возникают у вас, когда вас кто-то похвалил?

- 1 Подозреваю, что этому человеку скоро что-то от меня будет нужно.
- 2 Моя душа наполняется радостью, и я готова с этим человеком дружить.

3 Удивляюсь — с чего бы это? И решаю лучше к нему присмотреться.

7 Ваш мужчина говорит, что считает одну из ваших подруг слишком заносчивой. Ваша реакция.

- 1 Стараюсь убедить его в том, что это не так — я знаю ее лучше, а ему посоветую не высказываться по поводу моих подруг.
- 2 Признаю, что иногда замечала за ней такое, но тут же подчеркну другие ее замечательные качества.
- 3 Наверное, он прав. Интересно, как он это увидел и почему сделал такой вывод?

8 На каком-то празднике среди незнакомых людей возникает спонтанная дискуссия. А по этому вопросу у вас есть свое определенное

мнение. Как вы себя поведете?

- 1 Тут же присоединюсь к обсуждению и буду с жаром отстаивать свою позицию.
- 2 Внимательно слушаю всё, что говорят, сама буду помалкивать.
- 3 Сначала вникну в суть обсуждения и молча выслушаю всё, что будут говорить присутствующие, а потом спокойно выскажу то, в чем уверена.

- | | | | |
|------------|-------|-------|--------|
| 1. | 1 — В | 2 — Б | 3 — А |
| 2. | 1 — В | 2 — Б | 3 — А |
| 3. | 1 — В | 2 — Б | 3 — А |
| 4. | 1 — Б | 2 — В | 3 — А |
| 5. | 1 — А | 2 — В | 3 — Б |
| 6. | 1 — А | 2 — В | 3 — Б |
| 7. | 1 — В | 2 — Б | 3 — А |
| 8. | 1 — В | 2 — А | 3 — Б |
| 9. | 1 — А | 2 — В | 3 — Б |
| 10. | 1 — А | 2 — Б | 3 — В. |



ЕСЛИ БОЛЬШИНСТВО ВАШИХ ОТВЕТОВ — А

У вас много подруг, но все они разные. Есть давние, с детства, — верные и преданные. Они и совет дельный дадут, и поддержат в трудной ситуации, и всегда поймут, и помогут. А есть такие, с которыми вы вынуждены поддерживать отношения по каким-либо причинам. Возможно, они более амбициозны и успешны, чем вы, поэтому вас тянет к ним, как к более опытным, у которых есть чему поучиться, чьим советам вы безоговорочно доверяете. Но будьте осторожны: не допускайте распространения их авторитета на принятие вами решений — особенно в делах личного плана. Ваш мужчина недолюбливает их? Почему? Может быть, он считает, что их мнение влияет на вас слишком сильно? Прислушайтесь к нему и очень дозированно посвящайте любимого в ваши отношения с подругами. Ведь если они «влезут» еще и в ваши личные отношения, ничего хорошего из этого не получится. Может сложиться даже такая ситуация, что вам придется выбирать: кто вам дороже — любимый человек или подруги.

ЕСЛИ БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ — Б

Вам удастся найти компромисс, ставя на один уровень отношения с любимым человеком и друзьями. И он, и они для вас одинаково ценны и дороги. Жертвовать отношениями с подругами ради семейного гнездышка вы не хотите, но и продолжать с ними отношения, забросив мужа, не станете. Скорее всего, вы находите время для того, чтобы уделять внимание и друзьям, и любимому, потому что в общении и с подругами, и с мужчиной для вас главное — духовность, общность интересов и единство целей. Вы — счастливый человек, потому что смогли объединить любовь и дружбу, которые не мешают, а обогащают.

ЕСЛИ БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ — В

В жизни вы стремитесь держать под контролем всё, что вас окружает. Подруги ваши проверены временем, хорошо вас знают, согласны разделять ваши взгляды и во всем с вами соглашаться. А как иначе? Вы же должны постоянно чувствовать свое превосходство. Но вы тоже их цените и, не задумываясь, проведете приятный вечер не с мужчиной, а с подружками. Но не каждому понравится такой выбор, поэтому ваш любимый просто по определению не может воспринимать ваших подруг как неотъемлемую часть вашей (а теперь и своей) жизни. А если и подруги не одобряют ваш выбор, конфликт неизбежен. Но для вас выбор очевиден: мужчины приходят и уходят, а верные подруги с вами — навсегда.

9 Во время аттестации, результатом которой могло стать давно желаемое повышение в должности, вы не смогли показать себя с лучшей стороны. Что вы сделаете, вернувшись домой?

- 1 Позвоню подруге, которая давно работает в такой же должности, и попрошу ее объяснить, что и как надо было сделать.
- 2 Никому ничего не буду рассказывать — это мой провал.
- 3 Поделюсь своими переживаниями о неудаче лишь со своим мужчиной, а он потом весь вечер будет меня утешать.

10 Всё ли ваш любимый знает о ваших подругах?

- 1 Знает, конечно, но далеко не всё.
- 2 Ну, может быть, и не всё, но многое. Я часто ему рассказываю о них, да и сам он с ними знаком.
- 3 Совсем ничего. Вряд ли он вообще догадывается, сколько у меня подруг.



ВТОРАЯ НАТУРА

Так поговорка называет наши привычки. Они-то во многом и определяют нашу личность. У кого-то привычки исключительно правильные и полезные, у кого-то губительные, а у кого-то совершенно безобидные — на первый взгляд. Но только на первый. Потому что, несмотря на кажущуюся безобидность, они наносят нешуточный вред здоровью. Мы не будем трогать пагубные привычки — такие, как курение, алкоголизм и наркоманию, а предлагаем задуматься о незначительных. Например:

ПИТЬ МНОГО КОФЕ

Всеми любимый бодрящий напиток очень полезен — в малых дозах. Но заядлые любители практически ничего, кроме кофе, не пьют. А ведь этот замечательный напиток при злоупотреблении способен привести к развитию гипертонии и заболеваниям ЖКТ. Он совершенно не совместим с алкоголем и табаком, так как создает слишком большую нагрузку для организма. Его нельзя пить при поражении сетчатки глаз. Но если человек привык пить кофе часто и помногу, уговорить его сократить количество выпитых чашек трудно.

ОБЛИЗЫВАТЬ ГУБЫ

Сухие губы с нечетким воспаленным контуром, все в мелких трещинках и морщинках, от которых очень трудно избавиться — вот результат такой незаметной, почти инстинктивной привычки. С нею трудно бороться, потому что, облизывая губы, мы «съедаем» естественный жировой слой, губы начинают сохнуть быстрее, мы их опять облизываем, и так до бесконечности. А потом никакая помада уже не может скрыть последствий этой вредной привычки.

СИДЕТЬ НА ДИЕТЕ

Казалось бы, диета призвана снизить вес и облегчить скелету его ношу, но разумные люди используют для похудения не диеты, а правильное питание. Да, результат наступит не так скоро, зато уже никуда не уйдет. А диета с резким ограничением количества калорий и продуктов мучает бед-

ный организм, заставляя его жить без поступления жизненно важных элементов, нарушает его работу, потому что сначала он пытается усвоить калории из воды и воздуха, а потом старается распахать с трудом накопленное по всем доступным местам. В результате — вес не просто возвращается, а с прибавкой. И в «бонусе» мы получаем совершенно расстроенные нервы и психику. Не каждый человек без урона может выдержать сначала угрызания совести по поводу лишнего веса, потом голодный психоз, а потом горькое разочарование — все было напрасно.

Так и депрессию заработать можно.

ИСКАТЬ РУБЛЬ

Осанка и походка способны как испортить, так и испортить любую внешность. Старайтесь не сутулиться при ходьбе, не опускать глаза. Шансов найти кошелек очень мало, а привыкнуть и на всю жизнь приобрести вид замученной жизнью водовозной клячи — гораздо больше.

ЗАСОРЯТЬ СВОЮ РЕЧЬ

Все больше в речи появляется слов-паразитов. И не только привычные нам «ну», «так вот», но и заимствованное из английского языка «на самом деле», или вообще непонятные словечки типа «прикинь», или из жаргона компьютерных игр. Прислушайтесь к тем, кто обсуждает свои успехи в игре. Вроде по-русски говорят, а ни одного слова не понять. Хуже всего, когда эти искусственно сочиненные из смеси родного, английского языков и компьютерных терминов слова постепенно вытесняют из языка нормальную речь.

ЖИТЬ ПЕРЕД ТЕЛЕВИЗОРОМ

Бесконтрольно поглощать пищу, не отвлекаясь от любимого сериала, заедать неприятности, случившиеся с героями, бесконечно гонять чай и кофеи, глядя на экран, курить одну сигарету за другой в самые напряженные моменты и засыпать под

нешумное бормотание телевизора. Вот это жизнь!

Даже если вы не забываете выставить таймер, чтобы ставшее ненужным чудо техники отключилось само, подумайте — не проходит ли бездарно ваша собственная жизнь, пока вы так пристально следите за перипетиями чужой.

ЗЛОУПОТРЕБЛЯТЬ ФАСТ-ФУДОМ

Закусочные с фаст-фудом встречаются на каждом шагу. Зачем завтракать дома, если можно поесть на бегу по дороге на работу, и уж совсем ни к чему тратить вечернее время на приготовление еды, если можно заказать ужин с доставкой на дом. Да и не выдерживает домашняя еда конкуренции с фаст-фудом: слишком пресная, нет в ней «зажористых химикалиев», которые заставляют съедать по несколько гамбургеров и порций картофеля фри в день. Пользы никакой, зато вкусно... пока окончательно не испортится пищеварение, а вес не взлетит до катастрофических цифр.

ЧИТАТЬ ЛЕЖА

Очень приятная, но очень вредная привычка, которая портит глаза (из-за того, что не соблюдается нужный угол обзора), овал лица (раньше времени появляется второй подбородок) и приводит к шейному остеохондрозу (из-за долгого положения, неудобного для позвоночника).

БЕСКОНТРОЛЬНО ПИТЬ ЛЕКАРСТВА

Самолечение — бич нашего времени. Практически любые лекарства можно купить без рецепта, аптеки расположены на каждом углу, посоветоваться по поводу симптомов болезни можно в Интернете. Так зачем же идти в клинику и тратить там свое время, а, возможно, и деньги. Из-за самолечения очень



легко просмотреть начало какого-то серьезного заболевания, ведь его симптомы вы забываете бесконтрольно принимаемыми лекарствами.

Особенно тяжелые последствия имеет страсть лечить все подряд антибиотиками, которая значительно продлевает срок болезни и увеличивает риск возникновения тяжелых осложнений, просто потому что вредные микроорганизмы уже давно выработали устойчивость к антибиотикам, и теперь их почти невозможно убить.

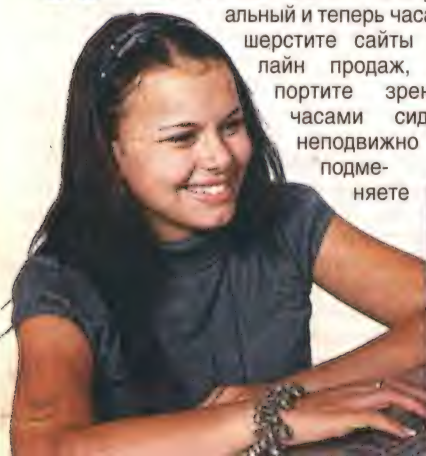
ПОСТОЯННО НОСИТЬ КОЛЬЦА

Всем известно, что на руках у нас находится множество биологически активных точек, связанных с внутренними органами. Воздействуя на них, можно стимулировать деятельность целых систем организма. Но положительно организм откликается лишь на кратковременные воздействия (на этом принципе основано лечение точечным массажем), а непрерывное давление на эти чувствительные точки дает обратный эффект.

Значение имеют и металл, из которого изготовлено кольцо, и палец, на котором вы его носите. На пальцах находятся биологически активные точки, которые отвечают за здоровье двенадцатиперстной кишки, развитие атеросклероза, гипертонии, радикулита, остеохондроза, мастопатии и эндокринных нарушений. Мы не предлагаем совсем отказаться от украшений. Но, чтобы нейтрализовать их вредное действие, достаточно не носить кольца на нескольких пальцах сразу и обязательно снимать их на ночь.

ЗАВИСАТЬ В СЕТИ

Не важно, играете вы в игры, проводите время в соцсетях или заменили обычный шопинг на виртуальный и теперь часами шерстите сайты онлайн продаж, вы портите зрение, часами сидите неподвижно и подмываете



живую жизнь и общение суррогатом киберпространства. В результате бесполезно тратите время, которое невозможно вернуть, теряете здоровье и социальную ориентацию, потому что реальный жизненный опыт заменяете на виртуальные суперспособности.

СПАТЬ НА ВЫСОКОЙ ПОДУШКЕ

Даже если вам кажется, что только высокая, высоко поставленная подушка дает вам возможность хорошо выспаться и никаких неприят-



ных ощущений не оставляет, это не значит, что от нее нет никакого вреда. Чтобы по-настоящему отдыхать, наш позвоночник хотя бы во время сна должен принимать предусмотренную природой форму со всеми положенными изгибами. Достичь этого можно только тогда, когда вы спите на небольшой подушке, позволяющей позвоночнику полностью расслабиться. Если не давать ему такой возможности, то с возрастом он может «отомстить» остеохондрозом, сколиозом и даже межпозвоноковой грыжей. В этом случае второй подбородок — еще один «подарок» высокой подушки — покажется не самой большой неприятностью.

НОСИТЬ ЧАСЫ НА ЛЕВОЙ РУКЕ

Часовая промышленность выпускает часы, рассчитанные на любой вкус и достаток. Но часто ли встречались вам люди, которые носят часы на правой руке? Скорее всего нет, ведь все они сделаны под левую руку. А между тем, ученые доказали, что между левой рукой и сердцем существует сильная рефлексоторная связь, и сдавливание запястья левой руки может привести к спазму коронарных сосудов. Конечно, трудно отказаться от привычки носить часы на левой руке, если вы делали это всю жизнь. Постарайтесь хотя бы проследить, чтобы



ремешок или браслет не был тугим.

**ГРЫЗТЬ
НОГТИ**
(ковырять в носу, ушах, зубах, щелкать суставами пальцев) —

эта дурная привычка становится такой неотъемлемой частью жизни, что человек перестает совершать эти действия осознанно. Он их даже не замечает. А потом с недоумением ловит на себе брезгливые взгляды окружающих.

ВСЕМУ ВИННОЙ ЛЕНЬ

Лень не только сама является вредной привычкой, именно она и приводит к появлению других вредных привычек. Неохота делать зарядку, ехать к подруге в гости, заниматься уборкой дома. Гораздо приятнее валяться на диване перед телевизором, есть вкусности или сидеть всю ночь за монитором, тестируя новую игру. Перестать много есть, постоянно играть, курить, заставить себя больше двигаться, готовить только здоровую еду — для всех этих действий нужно собрать в кулак волю, переломить свою лень и заставить себя жить без вредных привычек. Но у нас есть для вас приятное сообщение. Все это ненадолго.

Будет гораздо проще, если вы не просто начнете борьбу с вредной привычкой, а постараетесь заменить ее полезной.

Поймали себя на том, что опять облизали губы — пять приседаний. Просидели за компьютером дольше положенного времени — завтра разгрузочный день и длительная прогулка. Так к концу третьей недели ваш образ жизни значительно изменится в лучшую, а главное — полезную сторону.

Достаточно прожить всего три недели, воздерживаясь от своей вредной привычки, и от нее не останется и следа.

Подготовила Мария ДРОНОВА

ВИКТОР ГЮГО:

ХРАНИМЫЙ ЛЮБОВЬЮ



ДЕТСТВО. ТВОРЧЕСТВО. ЮНОСТЬ

Великий французский писатель, «глава и теоретик французского романтизма», как его называли, член Французской академии (высшее признание заслуг во Франции), Виктор Мари Гюго родился 26 февраля 1802 года в семье генерала наполеоновской армии Жозефа Леопольда Сигисбера Гюго и дочери крупного судовладельца Софи Требюше.

Детство Гюго прошло в Марселе, на Корсике, на Эльбе, в Италии, в испанском Мадриде — в тех местах, где доводилось служить отцу. Но каждый раз семья возвращалась в Париж. Эти путешествия по другим городам и странам принесли уму и душе ребенка множество разнообразных ярких и глубоких впечатлений, тем самым подготовив его романтическое мировосприятие.

В 1813 году мать будущего писателя из-за любовной связи с одним из генералов, бывшего сослуживцем Гюго-старшего, развелась с мужем.

Виктор остался с матерью, их маленькая семья окончательно осела в Париже.

Четыре года — с 1814 по 1818-й, Гюго обучался в Лицее Людовика Великого. Годы отрочества он фактически уже посвятил творчеству. К 14 годам юное дарование обращается к довольно крупным стихотворным формам: пишет трагедии, драму, переводит Вергилия. В 15 лет Гюго получает почетный отзыв на конкурсе Академии, а в 17 — две премии еще на одном крупном поэтическом конкурсе.

К 20 годам будущее юноши, во всяком случае, для него самого, выглядело вполне определенно: писательский путь был избран бесповоротно.

Он много пишет, и его произведения находят понимание у издателей. А в октябре 1822 года Гюго женится на Адель

Фуше — обычно век любовницы недолог. Хорошо это или плохо, но это факт. И великие люди здесь не исключение. Из истории известно, что ситуация разительно менялась, если любовница примеряла на себя одежды Музы, и они оказывались ей впору. И, тем не менее, случай с великим писателем, поэтом и драматургом Виктором Гюго и его возлюбленной Джульеттой Друэ стоит особняком. Они были вместе от первой встречи и до последнего вздоха — ровно полвека. Романтично и в общем-то символично для писателя — одного из ярких представителей романтизма...

Фуше — давнем предмете его воздыханий. Казалось, все его мечты сбываются...

ОТ СЕРДЕЧНОЙ СКЛОННОСТИ К НЕОДОЛИМОМУ ПЛАМЕНИ

Адель Фуше — благопристойная девица из довольно состоятельного семейства — жила по соседству. Подростками они хорошо знали друг друга, и уже тогда Гюго замечал в себе «сердечную склонность» к Адель.

К 18 годам Виктор эта «сердечная склонность» постепенно и необратимо переросла в «неодолимое пламя» и страстное желание соединиться друг с другом в брачном союзе. Семья Фуше была не прочь породниться с сыном генерала наполеоновской империи, однако препятствие возникло в лице матери Виктора: на ее взгляд, такой брак вряд ли содействовал бы будущей карьере ее сына. Она настояла на разрыве.

Целый год влюбленные не встречались, но, увидевшись случайно, поняли, что их чувства не изменились, не остыли. Неизвестно, чем бы закончилась эта амурно-печальная история, но летом 1821 года мать Виктора скончалась и, выжав положенный «год скорби», Гюго вновь обратился к родителям Адель за согласием на их брак.

В октябре 1822 года Адель Гюго-Фуше стала первой и последней законной супругой великого литератора, матерью пятерых его детей. Забегая вперед, отметим, что, как ни печально, жизненный путь всех детей Гюго оказался трагически краток: первый сын, Леопольд, не прожил и года, любимая дочь Леопольдина в 19 лет утонула вместе с мужем, катаясь на лодке по Сене, сыновья Шарль и Франсуа-Виктор умерли в 45-летнем возрасте; лишь последний ребенок, Адель, дожила до преклонного возраста (родилась в 1830, умерла в 1915-м), но большую часть жизни провела в психиатрической клинике. Фактически отец пережил всех своих детей, и вынести такие удары судьбы ему было непросто. Помогло то, что рядом был верный, надежный друг...

Но удары судьбы еще в будущем, а по-

ка семейство Гюго наслаждается жизнью, а глава его — еще и мощным всплеском своего творчества: Гюго полон идей, он много пишет. Их гостеприимный дом с удовольствием посещают разные парижские и иностранные знаменитости: писатели, художники, композиторы, некоторые из них становятся друзьями Виктора — Шарль де Сент-Бёв и Альфонс де Ламартин, Проспер Мериме и Альфред де Мюссе, Эжен Делакруа и Гектор Берлиоз, Ференц Лист и Франсуа Шатобриан.

ИЗМЕНА, ИЗМЕНИВШАЯ ВСЁ

Уже первые работы страстного и красноречивого романтика Гюго принесли ему успех и славу: его первый поэтический сборник «Оды и разные стихи», восхитивший публику «спонтанным пылом и беглостью», был опубликован в 1822 году, когда Гюго было всего лишь 20 лет. А сборник «Оды и баллады», вышедший через четыре года после первого триумфа, представил миру великого поэта, настоящего мастера лирики и песни. Король Людовик XVI-П пожаловал поэту с «королевского плеча» ежегодное денежное содержание.

А потом последовали вполне зрелые работы в прозе.

Остросоциальная повесть «Последний день приговоренного к смерти», созданная в 1829 году, оказала большое влияние на таких писателей, как Альбер Камю, Чарльз Диккенс и Ф.М. Достоевский. За нею последовал невероятно успешный, сразу же переведенный на большинство европейских языков «Собор Парижской Богоматери». Вместе они заложили основу для будущих произведений: революционного «Девяносто третий год» и грандиозного романа-эпопеи «Отверженные»...

Гюго намеревался устроить «революцию во французской музы», и ему это удалось. Его произведения поражали современников виртуозностью, мастерством, богатством образов.

Наверное, Гюго был счастлив. Один из исследователей его биографии и творчества нарисовал такую идиллическую картину жизни Гюго конца 1820-х — начала 1830-х годов: «Семейная жизнь бы-

ла преисполнена любви и обожания, у супругов Гюго росли уже двое детей, издатели хорошо платили за книги. А просторный особняк, снятый отцом семейства, оказался «поистине обителью поэта, притаившейся в конце тенистой аллеи, за которой зеленел романтический сад с очаровательным прудом и деревенским мостиком». Но...

В жизни нередко встречается это злостное «но». Встало оно и на жизненном пути Виктора Гюго. Его супруга Адель увлеклась поэтом и другом семьи Сент-Бёвом, который, в свою очередь, был в нее безумно влюблен.

Предательство близкого человека глубоко ранило тонкую натуру писателя и многое в нем изменило. Тяжело пережив случившееся (они с Аделью сохранили семью, но это уже была практически видимость, соблюдение приличий), Гюго нашел спасение в литературе и... многочисленных интрижках, которые будут сопровождать теперь его всю жизнь: благо, поклонник у знаменитого писателя было пруд пруди.

А вскоре в его жизни появилась Джульетта Друэ...

АРИСТОКРАТ И КУРТИЗАНКА...

Джульетта Друэ росла сиротой под опекуном дяди, воспитывалась в католическом пансионе, где получила неплохое по тем временам образование. Она рано поняла: чтобы такой девушке, как она — без положения и материального достатка, — выбиться «в люди», одной внешней красоты мало, нужна еще и образованность, которая позволит достойно общаться с представителями аристократических кругов. А кратчайший путь к этим представителям — сцена. Уже через несколько лет после выхода из пансиона Джульетта могла похвастать своими успехами: умная, с хорошим чувством юмора, внешне очень привлекательная, яркая, она умела красиво одеваться и красиво тратить деньги, умела прекрасно играть на чувствах богатых аристократов и давно уже не бедствовала.

К моменту знакомства с Гюго в жизненном багаже Джульетты имелось: 26 прожитых лет, ребенок от знаменитого скульптора Д. Падье, у которого она одно время работала моделью, жгучий темперамент и совершенно неотразимая, неподражаемая улыбка — наивная и чистая, как у ребенка. Ею она и сразила Гюго. Сразила наповал!

...МЭТР И МУЗА

Через много лет Гюго как-то признался Джульетте, чем для него стала встреча с нею: «У меня два дня рождения, оба в феврале. В первый раз, появившись на свет 28 февраля 1802 года, я был в руках моей матери, во второй раз я возродился в твоих объятиях, благодаря твоей любви, 16 февраля 1833 года. Первое рождение дало мне жизнь, второе дало мне страсть». Именно в тот день роди-

лась его Муза — не бестелесное и идеальное нечто, а живой человек из плоти и крови, всецело преданный ему, тонко его чувствующий и, словно ангел, хранящий.

Не многие даже семейные пары могут похвалиться страстью в отношениях, продлившейся несколько десятилетий. Опыленная страстью связь Гюго и Друэ длилась полвека! И кем бы потом ни увлекался писатель, он всегда возвращался к Джульетте — любовнице, другу, музе.

Джульетта была женщиной не только красивой, но и очень чувственной — но, будучи чудесной любовницей, она оставалась и все понимающим другом, и понастоящему любящей женщиной. Она ни разу не завела речь о разводе, она вообще ничего от него не требовала — кроме любви.

Возможно, в силу развившегося у него из-за семейных обстоятельств комплекса, Гюго, снимавший для нее жилье и оплачивавший все расходы, взамен потребовал беспрекословного послушания. И Друэ ради него покинула сцену, отказалась от светской жизни и поклонников. Но для нее это не было жертвой: Гюго практически сразу превратился из «аристократа для любовной интрижки» в «истинного возлюбленного и мэтра», которого она была готова вдохновлять на новые творческие свершения.

Теперь, находился ли Гюго в Париже или с семьей на отдыхе где-нибудь в провинции, Джульетта всегда была где-то рядом, даже когда писатель был вынужден отправиться в изгнание. Они часто уединялись вдвоем от любопытных глаз, а когда встреча была невозможна — обменивались нежными письмами. Время сохранило для нас около пяти тысяч их писем — писем любви.

«Ты самый великий, самый прекрасный... Любимый, прости мне мою безмерную любовь к тебе... Видеть тебя — значит жить; слышать тебя — значит мыслить; целовать тебя — значит возноситься к небесам... Я могу только одно: благословлять тебя, восторгаться тобой и любить тебя всей душой...»

«ТЕНЬ ГЕНИЯ»

Став спутницей жизни знаменитого писателя и вдохновительницей его творчества, Джульетта жила в уединении, занимаясь обработкой его рукописей, готовя их для издателей. Дом она покидала только летом, на время совместных путешествий с Гюго по Европе, оставаясь вечной его «тенью»...

Каждое утро Гюго вставал очень рано, обливался холодной водой, а после завтрака, состоявшего из двух яиц и черного кофе, совершал необычный ритуал: посылал воздушные поцелуи в направлении дома, где жила Джульетта. Затем он работал до полудня, а после второго завтрака встречался с Джульеттой, и они вместе отправлялись на прогулку.

По словам биографов Гюго, «преданная Джульетта давно из любовницы

превратилась в единомышленника, секретаря и архивариуса. Их связь стала настолько тесной, что даже Адель перед своей смертью просила прощения у мужа и Джульетты. За месяц до кончины, летом 1868-го, она разрешила подруге Виктора войти в круг их семьи, смирившись с его неотделимой «тенью».

Когда в 1872 году Гюго вместе с Друэ вернулся на родину после изгнания, Франция встретила его восторженно, и Джульетта по праву разделила с ним эти почести, ведь она прожила со своим кумиром почти целую жизнь, разделив с ним всё — и триумфы, и трагедии.

Последние годы жизни великого писателя прошли в атмосфере всеобщего почтения и благополучия благодаря бесконечным переизданиям всемирно известных романов. Теперь большую часть времени Гюго проводил дома, и Джульетта не расставалась со своим любимым. Но они сохранили многолетнюю привычку по всякому поводу слать друг другу письма. Зимой 1883 года Виктор Гюго получил очередное послание от Джульетты: «Обожаемый мой, не знаю, где я буду в этот день в следующем году, но я счастлива и горда выразить тебе мою признательность лишь этими словами: «Я люблю тебя»...

Это было ее последнее письмо — в мае того же года Джульетты не стало.

ПОСЛЕДНЯЯ «ПОДРУЖКА» — ОДИНОЧЕСТВО

Писатель был раздавлен горем, он даже не нашел сил присутствовать на похоронах своей Джульетты. Жизнь для него утратила смысл — вместе с той, которая была его тенью и настоящей любовью, ушло все его прошлое. И оно теперь представлялось ему какой-то неземной сказкой, рассказанной словоохотливым гномом в студеном зимний вечер у жарко пылающего камина.

На старости лет он остался одиноким дедом двоих внуков — Жоржа и Жанны. Больше Виктор Гюго ничего не написал, лишь одну-единственную строку в записной книжке, печально-философскую: «Скоро я перестану заслонять горизонт».

Виктор Гюго умер 22 мая 1885 года на 84-м году жизни — в день именин его любимой Джульетты.

В церемонии похорон, продолжавшейся десять дней, участвовало более миллиона человек. Но его душа уже летела в высь, нетерпеливо ожидая встречи с другой душой. Той душой, что миллионы мгновений хранила его своей любовью...

Подготовил Саша МИРТ по материалам:

Энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона, ст. «Гюго, Виктор»; «Любовные письма великих людей»; Е. Евнина. Виктор Гюго; А. Моруа. Олимпико, или Жизнь Виктора Гюго; Н. Муравьева. Гюго (ЖЗЛ); и Интернет-сайтов



Мою маму пригласили на бесплатное обследование в коммерческую медицинскую организацию, и она провела там около 4 часов. Там ей внушили, что ей требуются дорогостоящие медицинские процедуры, убедили подписать договор на оказание медицинских услуг сроком на один год и стоимостью около 100 000 рублей. Поскольку такой суммой мама не располагала, ей предложили оформить заявку на получение кредита в банке с тем, чтобы кредит был перечислен на счет медицинской организации. Когда мама посоветовалась со знакомыми, она поняла, что ей эти медицинские услуги не нужны. Мы попытались попасть к руководителю медицинской организации, чтобы попросить расторгнуть договор, но с нами встречаться отказались, а администратор пояснила, что этот договор уже расторгнуть нельзя, и даже если мама не будет ходить на процедуры, деньги ей возвращены не будут. Подскажите, как нам выйти из сложившейся ситуации, действительно ли этот договор расторгнуть нельзя?

Статьей 32 Закона о защите прав потребителей предусмотрено право потребителя в любой момент отказаться от исполнения договора об оказании услуг при условии оплаты исполнителю фактически понесенных им расходов, связанных с исполнением обязательств по данному договору.

Данное положение означает, что Ваша мама вправе в любой момент уведомить медицинскую организацию о том, что она отказывается от исполнения заключенного договора.

В сложившейся ситуации важно, прежде всего, если банк еще не выдал кредит, как можно скорее обратиться в банк с заявлением об отказе от получения кредита. Если удастся своевременно отказаться от получения кредита, то остальная часть проблемы будет не столь сложна.

Если банк уже успел выдать Вашей маме

кредит и перечислить денежные средства на счет медицинской организации, то с момента получения уведомления об отказе от исполнения договора медицинская организация обязана возратить уплаченные денежные средства Вашей маме. При этом они вправе удержать из данной суммы стоимость уже оказанных услуг (если таковые имели место).

Поскольку договор заключен в письменном виде, то и отказаться от его исполнения нужно также письменно. В заявлении надо указать, кому оно адресовано (полное название медицинской организации), от кого исходит, а также собственноручно текст заявления примерно следующего содержания.

«Дата, месяц, год между мной и ООО «название медицинской организации» был заключен договор на оказание платных медицинских услуг. На основании ст. 32 Закона РФ «О защите прав потребителей» я отказываюсь от исполнения данного договора и прошу возратить мне уплаченные по данному договору денежные средства, перечислив их по следующему банковскому реквизиту...» Заявление надо изготовить в двух экземплярах, чтобы один вручить сотрудникам медицинской организации, а на втором попросить их поставить отметку о принятии (дату, ФИО и должность сотрудника, принявшего заявление).

Весьма вероятно, что сотрудники медицинской организации будут уклоняться от получения такого заявления. В этом случае достаточно будет направить это заявление ценным письмом (с описью вложения, написав в описи, что в письмо вложено заявление об отказе от договора) в адрес медицинской организации, либо телеграммой.

Если медицинская организация не возвратит денежные средства в течение нескольких недель, необходимо будет обратиться в суд с иском о взыскании с нее уплаченных по договору денежных средств. В ответ медицинская организация может возражать, говоря, что уже понесла определенные расходы на оказание Вашей маме медицинских услуг, но при этом на этой организации будет лежать обязанность по доказыванию факта оказания таких услуг, например, путем подписанного с Вашей мамой акта оказанных услуг. Но, в любом случае, очевидно, что, если отказ от исполнения договора со стороны потребителя будет заявлен в короткое время после заключения договора, размер расходов медицинской организации не может быть равным стоимости годовичного медицин-

ского обслуживания.

Подводя итог всему вышесказанному, чем быстрее Ваша мама письменно уведомит медицинскую организацию об отказе от исполнения договора, тем больше вероятность того, что ей удастся возратить все денежные средства или большую их часть.

Следует отметить, что аналогичные ситуации распространены в сфере оказания косметологических услуг, когда женщин убеждают подписать договор на проведение дорогостоящих процедур, принимают оплату авансом сразу за несколько сеансов, а потом отказываются возвращать деньги. В таких случаях также важно как можно скорее письменно уведомить организацию об отказе от исполнения договора и потребовать возврата уплаченных денежных средств.

Очень близкой к вышеописанным ситуациям бывает процесс организации проведения банкетов. Случается так, что по какой-либо причине у заказчика отпадает необходимость в проведении банкета и встает вопрос о том, возможно ли получить назад ранее внесенную предоплату. Зачастую организации, оказывающие услуги по проведению банкетов, просят внести предоплату и указывают в договоре, что, в случае отказа от проведения банкета, данная предплата не возвращается, а удерживается в качестве штрафа за отказ от исполнения договора. Между тем, данная формулировка противоречит ст. 32 Закона РФ «О защите прав потребителей», ввиду чего заказчик банкета все же вправе ставить вопрос о возврате внесенной предплаты. В этой ситуации, также как и в предыдущих, если руководитель кафе или ресторана не готов к мирному урегулированию возникшей ситуации, необходимо направить ему письменное уведомление об отказе от исполнения договора. Чем раньше будет направлено уведомление, тем меньше вероятность, что кафе закупит продукты для вашего банкета, и, соответственно, не сможет удержать стоимость закупленных продуктов из внесенной предплаты.

Если же отмена происходит непосредственно накануне мероприятия, то здесь вероятность получить предоплату назад будет значительно меньше.

**На вопрос отвечали
независимый советник
по правовым вопросам,
член международной
ассоциации юристов
Н.И. АЛИМКИН
и адвокат
О.Н. АЛИМКИНА**

На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей, отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ

Говорят, что для православного мужчины самое лучшее, что он может сделать в жизни для своей души — посещение Афонского монастыря. А есть ли такой же по значимости монастырь для женщин? Почему на Афоне не допускаются женщины?

Неправильно говорят. Афонский монастырь — одна из древнейших святынь православия, в которой на протяжении многих веков не меняют традиционные правила жизни монахов и внутренний устой обители. Когда он образовался, то это была преимущественно гористая местность. Монахи-отшельники специально туда ушли, чтобы о них никто не узнал. Но со временем о них узнали, и не только в одной стране. И стало очень тяжело сохранять традиции с посещением обыкновенных мирских людей: это отвлекает от духовного состояния, в котором пребывают там все монахи. Святая гора Афон — полуостров в Греции, на котором расположено 20 крупных мужских монастырей (не считая более мелких монашеских общин). В Византии вход во все мужские монастыри женщинам был строго запрещен. Святая гора считается земным уделом Божией Матери. А вообще предание гласит, что Пресвятая Богородица и евангелист Иоанн отправились в морское путешествие, но в пути попали в шторм и сбились с курса, в конце концов пристав к подножию горы Афон, в том месте, где теперь расположен Иверский монастырь. Пораженная красотой этих мест, Матерь Божия попросила Господа сделать Святой гору Ее земным уделом. По завету Матери Божией, ни одна женщина, кроме Нее, не может ступить на землю Афона. В 1045 году при византийском императоре Константине IX Мономахе был принят устав для афонитов, официально запрещающий женщинам и даже домашним животным женского пола находиться на территории Святой горы. Указ президента Греции 1953 года предусма-

тривает тюремное заключение на срок от 2 до 12 месяцев для женщин, нарушивших запрет.

А женщинам хорошо бы посетить Зачатьевский ставропигиальный женский монастырь в Москве.

Моей маме 90 лет. Она не помнит, крестили ее или нет. А поскольку родилась она уже при Советской власти, то в те годы могли и не крестить, тем более, что родители ее были атеистами. Мама очень религиозная и в детстве часто гостила у своей бабушки, в деревне, где, как мы предполагаем, ее могли крестить тайком. Но все это догадки и предположения. Мама очень хочет, чтобы ее крестили сейчас, а мы не знаем, можно ли так сделать. Получается, что и некрещеной мама «уходить» не хочет, и мы боимся, что это будет второе крещение. Как быть?

Если необходимо прийти в ближайший храм, объяснить ситуацию священнику, и он вашу маму покрестит специальным чином и прочтает молитву на наречение имени.

Мой папа умер во сне. Многие в то время говорили, что он, видимо, человек был хороший, вот ему и смерть легкая дана. А недавно приятельница мне сказала, что ничего хорошего в такой смерти нет, а человек должен перед смертью помучиться, иначе душа его сама успокоиться не может.

Есть и такое мнение, что главное — человеку перед смертью покаяться и причаститься, а если он этого не успел и умер сразу и легко, то это для него почему-то плохо. Объясните, пожалуйста, почему.

Неизвестно, смерть во сне, любая катастрофа, внезапная смерть — все это очень плохо. Дело в

том, что после смерти у человека два направления: либо ад, либо рай. И куда отправится человек, зависит от того, с чем он придет к Богу на поклон. Поэтому церковь в любом Богослужении всегда просит, чтобы Господь послал каждому из нас «безболезненную, непостыдную и мирную кончину». Поэтому те верующие люди, которые знают о приближении своей смерти, например, больные неизлечимыми болезнями или престарелые люди, всегда пытаются очистить себя от грехов, попросить прощения у ближних, раздать долги, исповедаться, собороваться и причаститься. И тогда Господь примет усопшего.

В моей семье произошла большая и невосполнимая утрата — потеря близкого человека. Теперь мне хотелось бы пожить некоторое время в монастыре. Не знаю, сколько — три дня, неделю, месяц, может быть, больше.

Что для этого надо сделать?

Нужно выбрать монастырь, в который хочется съездить. А приехав туда, обратиться к настоятелю монастыря. В связи с вашим духовным состоянием, он вам подскажет, сколько нужно провести времени в монастыре для его восстановления.

Когда говорят, что 1/10 часть дохода надо отдать Богу, что имеется в виду: принести в церковь и отдать деньги священнику или помочь каким-то конкретным обездоленным людям, нищим? Подпадает такое действие под понятие милостыни или десятины?



На, действительно еще в древности 1/10 часть дохода приносили Богу. На сегодняшний день, если у вас есть возможность и желание пожертвовать какую-то денежную сумму, то, конечно, это необходимо сделать. Нужно прийти в любой храм, по вашему желанию, и опустить деньги в кружку для пожертвований. Церковь отделена от государства и живет за счет пожертвований, о которых вы говорите. С них платится зарплата церковнослужителям, различные налоги, делается ремонт и т. д. Поэтому церковь всегда будет вас помнить как жертвователя. А помощь бездомным и нищим подходит под понятие милостыни. По возможности, это тоже нужно делать.

Православный календарь на март

(новый и старый стиль)

- 8 / 23 — Обретение мощей блж. Матроны Московской
- 9 / 24 — Первое и второе обретение главы св. Иоанна Предтечи
- 11 / 26 — Родительская суббота. Поминовение усопших
- 15 / 2 — Иконы Божией Матери, именуемой «Державная»
- 18 / 5 — Родительская суббота. Поминовение усопших
- 25 / 12 — Родительская суббота. Поминовение усопших.



ЛУЧШЕЕ МЕСТО ДЛЯ «ОСКАРА»

Церемония престижной американской кинопремии «Оскар» уже в 89-й раз состоится в феврале этого года. Вождеденные награды получают многие достойные ее актеры и актрисы. Но что ждет «Оскаров» после того, как их обладатели принесут свои награды домой? Где обычно хранят свои золотые статуэтки знаменитости? Вы не поверите...



ДЖАРЕТ ЛЕТО

Актер считает, что лучшее место для Оскара, а также для всех своих наград — это кухня. Ведь именно туда он направляется, приходя домой. Его золотая статуэтка стоит на полочке под надежной защитой бутылки с оливковым маслом и пакета с поп-корном.



ДЖЕННИФЕР ЛОУРЕНС

Казалось бы, звезды должны хранить свою вождеденную статуэтку как зеницу ока, однако это не относится к одной из самых молодых ее обладательниц: Дженнифер понятия не имеет, где сейчас находится ее главная награда. Как рассказала сама актриса, эту потерю «накаркал» Вуди Харрельсон, который постоянно посмеивался над ней на съемках «Голодных игр»: «Стоило мне забыть хотя бы одно слово из моей роли, он тотчас же говорил: «Может, тебе стоит отдать свой Оскар обратно?» Так и случилось. Где он теперь, я не знаю»...



НАТАЛИ ПОРТМАН

Умница и красавица не придает значения пафосным наградам и тоже не может вспомнить, где ее Оскар сейчас. «По-моему, он в каком-то сейфе. Дело в том,

что я очень давно его не видела. Как-то я читала сыну притчу об Аврааме, и там говорилось, что мы не должны поклоняться фальшивым идолам. А эта золотая статуэтка как раз и есть такой фальшивый идол. Ценить ее — значит поклоняться ему. Это не для меня».



КЕЙТ УИНСЛЕТТ

Кейт решила устроить из своей статуэтки небольшой аттракцион для гостей и поставила ее в гостевой ванной комнате. «Вы знаете, каждый, кто приходит ко мне в дом, обычно хочет подержать Оскар в руках, но многим просто неловко попросить меня об этом. Поэтому я подумала, что было бы неплохо поставить его в ванной, чтобы гости могли осматривать его, не смущаясь, а может, даже, и порепетировать речь, держа его в руках перед зеркалом!»

РИЗ УИЗЕРСПУН

Лучшая актриса фильма «Переступить черту» призналась, что хотела найти своей награде какое-нибудь практичное применение. «Я собиралась сделать из нее дверной молоток или ожерелье, но ни один из вариантов меня не устроил. Поэтому я просто поставила Оскара у себя на полке в гостиной».





МЕРИЛ СТРИП

Говорят, что актриса забыла свой Оскар в туалете сразу после церемонии, и ей вернули его, когда она вспомнила о потере через пару дней. С тех пор коллеги со смехом напоминают ей об этом при любом удобном случае.



ДЖОДИ ФОСТЕР

Получив Оскара за роль в культовой ленте «Молчание ягнят», актриса тоже решила поставить его в ванной комнате. «Он очень хорошо сочетается с крабами, — объяснила она. — Но когда на нем стала появляться ржавчина, мне пришлось унести его оттуда и положить в свой чемоданчик для наград».



ГВИНЕТ ПЭЛТРОУ

Свой Оскар актриса хранит в темной кладовке. Дело в том, что с этой наградой у нее связаны воспоминания о тяжелом периоде жизни. Именно в то время, когда она получила золотую статуэтку, сразу у двух ее близких людей диагностировали неизлечимую болезнь... «Не хочу, чтобы он стоял на видном месте. Он меня пугает», — призналась актриса.



ШОН КОННЕРИ

Как и многие другие коллеги по цеху, Шон тоже хранит свою статуэтку в ванной комнате, объясняя свой выбор так: «Это самое спокойное место в доме. Можно полежать в ванне, посмотреть на нее и вспомнить о приятных минутах».



РАССЕЛ КРОУ

Будучи заядлым фермером и обладателем огромной фермы в Австралии, Рассел нашел, как ему кажется, самое достойное место для золотой статуэтки и поставил ее... в курятнике! «Рядом с ней мои куры лучше несутся», — объяснил он в одном из интервью.



МОРГАН ФРИМАН

Актер хранит свою статуэтку в специальном шкафчике для наград. Он долго ждал ее появления, и даже заранее «зарезервировал» для нее место,

разместив табличку: «Не парковаться! Место специально для Оскара». В 2006 году его мечта сбылась, и табличку сменила золотая статуэтка.



ДЖЕЙМИ ФОКС

Получив заветную награду, Джейми сразу же отдал ее своему менеджеру на хранение: «В моем доме всегда ужасный бардак, поэтому боюсь, что однажды утром просто не смогу найти Оскара среди всех своих многочисленных вещей», — смеется актер.



ТИМОТИ ХАТТОН

Самый молодой актер и режиссер, получивший Оскара за лучшую мужскую роль второго плана, пошел к выбору места для статуэтки с юмором. Он решил поместить ее в... холодильник! «Мне показалось, что будет забавно наблюдать за тем, как гости будут открывать холодильник, чтобы достать оттуда пиво или колу, а там среди банок будет стоять Оскар!»

ТОТАЛЬНО ОБАЯТЕЛЬНЫ: РОМАН МАДЯНОВ И ИВАН ОГАНЕСЯН

Такого количества отрицательных персонажей, которых Мадянов сделал любимыми народными героями, наверное, больше ни у кого в нынешнем кинематографе и не найдешь. А таких нагло-раздевающих взглядов, сражающих женщин наповал, и такой притягательной, от которой не устоять, донжуанской улыбки-ухмылки, как у героев Оганесяна, мало у кого из современных актеров встретишь.



ЗЛОДЕИ И ПОДЛЕЦЫ ДОБРОПОРЯДОЧНОГО АКТЕРА

Он — обладатель множества самых престижных кинематографических премий: четыре «Ники» и два «Золотых орла» — и все «за лучшую мужскую роль второго плана», потому что отрицательные герои, зачастую — не главные, но незабываемые и даже любимые. И такими их делает Мадянов, заслуженный артист РФ, звание получивший за роли тоже отнюдь не из серии «Жизнь замечательных людей».

Почему же его подлецы так обаятельно хороши? Секрет как будто бы прост: по системе Станиславского ищи в плохом хорошее, а в хорошем плохое, тогда персонаж будет живым, выпуклым. Это правило Мадянов считает главным в работе над ролью, он всегда адвокат своих отрицательных персонажей и даже любит их родительской любовью и щедро делится с ними своим жизнелюбием и обаянием. Из своих нынешних пятидесяти пяти лет сорок шесть он — на экране! В 9 лет его пригласили сняться в эпизоде фильма «Перевод с английского»: режиссер случайно встретил ребенка в коридорах телецентра, где отец Романа работал редактором, а через два года его уже персонально пригласили на пробы к Георгию Данелии на главную роль — Гекльберри Финна в картине «Совсем пропащий». Затем, еще школьником, Рома сыграл в десяти фильмах, и, рассудив, что он уже вполне сложив-

шийся артист, решил поступать в ГИТИС. Но в театральном вузе к кинематографическим заслугам относятся довольно предвзято, и с первого раза исполнителя главных ролей в кино не приняли, покорился ГИТИС через год. Кстати, там же учился и старший брат Романа — Вадим — драматический актер и театральный режиссер. Театральный вуз сыновьям выбрал отец, хотя Роману, казалось бы, уже была проторена прямая дорога во ВГИК. Старший Мадянов объяснил это так: «И ВГИК, и съемки — это замечательно, но все это приходит и уходит, а должно иметь свой дом, настоящую, хорошую театральную школу». После поступления в ГИТИС Роману пришлось написать расписку в том, что до третьего курса включительно не сниматься в кино он не будет, а иначе ему грозит отчисление. Слово студент Мадянов сдержал, учился хорошо, даже принимал участие в некоторых спектаклях театра им. Маяковского, да так талантливо, что после окончания вуза был приглашен в труппу театра самим Андреем Гончаровым, а это ого-го какая оценка для начинающего актера. 20 лет проработал Роман Сергеевич в «Маяковке» и, сыграв на этой сцене более 30 ролей, стал одним из ведущих актеров театра. Но давняя любовь — кинематограф — все-таки увела его из театральной семьи. Сначала, после почти десятилетнего перерыва, не смог отказать Леониду Гайдаю, пригласившему в 1989-м в картину «Частный детектив, или Операция «Кооперация», потом последовали съемки в «Ералаше», в рекламных роликах и — триумфальное шествие по сериалам: «Гражданин начальник», «Участок», «Штрафбат», «Дети Арбата», «В круге первом», «Солдаты» — 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, а также

съемки в «полном метре» у лучших режиссеров: Рязанова, Тодоровского, Михалкова, Лунгина — более 120 ролей в кино. И практически каждую не стыдно вспомнить. Даже пресловутый, так надоевший Мадянову, Колбас, сыгранный-переигранный уже в восьми сезонах сериала «Солдаты»,

все еще радует зрителей и привлекает своим обаянием. «Мастерство актера заключается в том, чтобы не опускаться до клише», — таков ответ Романа Мадянова на вопрос о секрете успеха его ролей.

Секрет его личной жизни тоже интересует публику: отчего так крепок его брак, почему он такой добропорядочный семьянин? А просто надо встретить ту единственную, предназначенную тебе судьбой, влюбиться в нее с первого взгляда, пережить вместе не только радости, но и тяготы, и всегда помнить, что в семье должно существовать не только общее, но и личное пространство — у каждого свое. Вот такая схема: беспронимательная, такая же семейная история у Мадяновых. Встретил Роман свою единственную — Наталью, в театре, когда поступил туда работать, она была режиссером. Любовь вспыхнула с первого взгляда, поженились почти сразу, сына родили — Романа Романовича, а когда он пошел в школу, мама пошла вместе с ним — работать в школьную библиотеку. Тут вдруг у папы-Ромы случились проблемы на работе: из театра уходил главный режиссер, и по древней актерской привычке начали актеры от неудовлетворенности попивать горькую прямо на рабочем месте. Но удалось Мадянову выбраться из алкогольной ловушки — кино помогло, ну, и сын с женой, конечно. А жена — необыкновенная: на ней весь дуб, ведь гениальный актер дома даже лампочки не вкручивает, с техникой он «на вы», за рулем тоже жена, а он частенько за компом: сын подсадил «на игрушки» и актер стал поклонником «Варкрафта». Но главная отдушина — рыбалка! Это для Мадянова лучший отдых, релакс, лучший спорт — ведь он не просто рыбак, а профильный — спиннингист. И между прочим, рыбак потомственный: еще дед, уральский казак, был знатным сазанятником.

Есть у Мадянова секретное оружие для разрешения конфликтных ситуаций на съемочной площадке, да и вообще где бы то ни было. Самоклеющаяся пленка с отпечатанными на ней в типографии словами «Лучше бы я сейчас был на рыбалке». Пачку таких наклеек заказал он однажды от отчаяния и теперь клеит их, в случае необходимости, везде, где нужно внести разрядку в накаленную ситуацию. Он жизнелюб, не падох до денег, которые пахнут, и хотя был период, когда приходилось подрабатывать, сниматься в рекламе, он лично проверял вещи, которые рекламировал, чтобы товар был качественным. Вот что сам Мадянов говорит по этому поводу: «Я спрашивал, действительно ли хорош товар, который мы рекламируем».

Если это были пельмени — обязательно пробовал, чтобы не гнать людям туфту. Сегодня всё, рекламы я уже



наелся, хватит. Началось кино... Среди актерской братии существует такое понятие, как «гамбургский счет». Мы все знаем, если отбросить шелуху, кто что стоит. Залез плотно в ситкомы, где идиотский смех за кадром — все, в вышедший эшелон тебе путь заказан. До свидания! Относительно меня: коллеги знают — Ромик лажу никогда не допустит. Честь надо блюсти».



РОКОВЫЕ МАЧО ВИОЛОНЧЕЛИСТА ИВАНА ОГАНЕСЯНА

На экране он чаще всего появляется в роли обаятельного бабника или, как сейчас принято формулировать, «мачо». И кажется, что им должны быть соблазнены не только героини фильмов, в которых он снимается, но и все партнерши по съемочной площадке. А в жизни Оганесян — тонко чувствующий интеллект, профессиональный музыкант-виолончелист, трепетно относящийся к женщинам — как к дочкам.

У него такая теория: «Каждая из женщин чья-то дочка. Поэтому и они все для меня — дочки. Я не могу женщин определять по типуажу, это же не порода собак. Левретка или колли... Просто есть мужчина и женщина. Два одиноких сердца, которые встречаются. Вот и все». И было у него в жизни четыре судьбоносные встречи.

Мама — пианистка, главный концертмейстер, папа — прекрасный оперный баритон Джонрид Оганесян, маленький Ваня рос за кулисами многих оперных театров страны, так как родители, легкие на подъем, работали там, куда приглашали, где обещали лучшие условия. Мальчик родился в Саратове, в школу пошел в Бишкеке, затем — Ереван, Батуми: привыкнув в детстве к переездам, он и сам продолжил кочевую жизнь творческого человека. Кстати, родители не заставляли его заниматься музыкой и втайне надеялись, наверное, что их сын выберет другой, более спокойный, комфортный, стабильно оплачиваемый путь. Но мальчик рос погруженным в прекрасную классическую музыку, хотя увлекался спортом: посещал секцию по стрельбе из лука, занимался в яхт-клубе, и все же любимые Бах и Рахманинов,

в отличие от родителей, наставили его на путь Прекрасного. В доме была старинная виолончель. На ней никто не играл, но ее как реликвию бережно хранили: все-таки возраст 100 лет! И вот в 11 лет Иван принял самостоятельное решение: освоить этот прекрасный инструмент. Начал всерьез заниматься у хорошего педагога, оказалось, что у мальчишки поразительные способности. Это было в Ереване, но через некоторое время семья переезжает в Батуми, а там подходящих педагогов не оказалось. На семейном совете приняли решение отправить Ивана в Минск в музыкальную школу-интернат для одаренных детей. Так в 14 лет началась самостоятельная жизнь юного виолончелиста. Через два года он снова переезжает — поступает в

Центральную музыкальную школу при Московской консерватории. Считается талантливым учеником, успешно участвует в конкурсах, но вдруг впервые серьезно влюбляется и... «злостно нарушает режим интерната». Иногородние девочки и мальчики жили в одном общежитии, но в разных половинах, и ночью строго-настрого было запрещено появляться в крыле у девочек, но бушевавший чувством Оганесян ночи напролет просиживал на женской половине. Несколько раз его застукали и после многочисленных предупреждений все же выгнали из общежития. Приходилось ему ночевать нелегально, пока не получил место в общежитии, поступив в Гнесинку.

Первое чувство влюбленности остыло. Нахлынуло второе, под напором которого Иван даже поменял профессию. От недостатка средств студент Оганесян решил подрабатывать, и талантливого музыканта приняли в оркестр Театра оперетты. Там-то, в оркестровой яме, он влюбился в блиставшую на сцене Елену Ионову. Конечно, ни о каких отношениях не могло быть и речи, даже не потому, что певица старше его на 15 лет, она была примой театра и у ее ног поклонников было предостаточно. Но юный виолончелист мечтал оказаться на сцене и спеть для нее арию мистера Икса, так же неподражаемо, как исполнял его отец. Недоучившись в музучилище, он поступает в ГИТИС на факультет музыкального театра, причем сразу на второй курс, делает успехи и в вокальном искусстве, даже успевает пройти стажировку в Италии, но снова кардинально меняет род занятий, влюбившись в кино. Знакомый студент из ВГИКа просит Оганесяна написать и исполнить музыку в его короткометражке, в итоге для Ивана была написана маленькая роль виолончелиста, играющего на берегу моря свою музыку и беседующего об искусстве. После съемок Иван принял еще одно судьбоносное решение — стать актером — и пере-

шелся в актерскую группу Петра Фоменко на режиссерском факультете того же ГИТИСа. Но и здесь не доучился, хотя считался способным студентом. На этот раз решил искать счастья на Святой земле и, пройдя сложный кастинг в еврейский театр «Гешер», поехал в Израиль. Правда, довольно быстро возвратился назад из-за проблем с документами: после распада Союза у всей семьи Оганесян остались грузинские паспорта. Обратно в ГИТИС его не приняли, и, на свою беду, он случайно попал в печально знаменитый мюзикл «Норд-Ост» — на роль одного из летчиков. В день теракта на Дубровке Иван, как и все артисты мюзикла, вовремя пришел на работу, но как никто, ждал окончания спектакля, так как на следующий день, 24 октября 2002 года, отмечался день рождения его дочки, родившейся год назад, и любящий папа собирался покупать подарки. Когда информация о взятии заложников террористами была обнародована, близкие зрителей и актеров стали съезжаться на Дубровку. Жена Оганесяна Аня тоже провела у оцепленного здания практически все трое страшных суток. На тот момент они были женаты чуть более полутора лет. Аня нравилась Ивану: красивая девушка, выпускница экономического факультета МГИМО, стажировалась в Лондоне, они встречались, но не было такой любви, чтобы спешить под венец. Оганесян сделал вынужденное предложение, когда узнал, что Аня беременна. А развелись они после пяти лет совместной жизни. Его бывшая жена снова замужем, живет в Лондоне, к сожалению, и дочка там, поэтому он видит с ребенком только во время приезда Оксаны в Россию.

Сегодня 44-летний Иван Оганесян — многодетный отец: у него пятеро дочерей: Оксана от первого брака, две дочери 13 и 14 лет от предыдущего брака второй его жены Лены и двое близняшек, родившихся в 2015 году у них с Леной. Заботливый любящий отец настоящего счастлив. Правда, жена с четырьмя дочками живет в своем родном городе Риге, но Иван часто навещает своих любимых девочек. Теперь он, наконец-то, материально обеспечен, ведь в последнее время все чаще снимается в главных ролях. На его счету уже более 50 киноработ, наиболее интересные — в сериалах «Нелюбимый», «Москва. Три вокзала», «Закон и порядок. Отдел оперативных расследований», «Нюхач», «Кремль», «Спальный район», «Гражданин Никто». И еще он счастлив от того, что его любимая музыка и его любимый инструмент не являются средством зарабатывания денег, а существуют исключительно для души.



Подготовила Мария ПЕТРОВА

— Стой! Стрелять буду!

Он остановился. Я не выстрелила. Не выстрелила бы я в любом случае — довольно проблематично стрелять из канцелярского степлера. Именно его я и схватила — первое, что подвернулось. Пользуясь минутным замешательством Никиты Андреевича, я выскользнула из кабинета.

Я твердо знаю, что любую проблему всегда можно решить. Любую и всегда. В идеале, нет нерешаемых задач. Другое дело, что мы со своими условиями, комплексами и зашоренным мировоззрением часто не видим очевидного. Иногда надо всего лишь изменить угол зрения, взглянуть на ситуацию со стороны холодным и трезвым взглядом, отбросив эмоции. И окажется, что ларчик открывается просто. Но одно дело — понимать, и совсем другое — претворять в реальную жизнь. Вот и я, твердо осознавая, что любая проблема решается, третий месяц не могу найти выход из довольно простой ситуации.

Дело в том, что с недавних пор меня начал «клеить» мой шеф. Что это на него нашло? Я работаю под его руководством пятый год и ранее не было и намека на неформальные отношения. Нормально работали. Правда, когда четыре года назад я свежиспеченным специалистом явилась в нашу контору, где уже трудился Никита Андреевич, он произвел на меня впечатление — некоторое время я даже была в него влюблена. Потом это прошло, он вскоре женился, а потом и я отчаянно влюбилась в своего Лешку и выскочила за него замуж.

Любовные романы часто заканчиваются свадьбой, а ведь самое интересное начинается после нее. Разочарования и проблемы тоже. Но не в нашем с Лешкой случае. Некоторые разногласия и шероховатости случаются и у нас, но все по пустякам и мелочам. Мой Лешик — самый классный в мире мужчина, никого другого мне не надо, а посягательства шефа мне совсем не кстати. Подумаешь, скажет кто-то, нашла проблему. Можно же поговорить откровенно с посягателем на честь, припугнуть или рассказать мужу, чтобы он вмешался и поговорил с ним помужски. В конце концов — уволюсь. И все дела. Теоретически все просто, а на практике... Уволиться можно, но где я найду работу, которая бы устраивала меня по всем статьям, как сейчас?!

Сами знаете, как сейчас сложно найти работу по душе, да и вообще работу. Так что решение об

увольнении — это когда совсем уже к стенке припрет.

Рассказывать об этом мужу тем более не стоит. Он у меня, конечно, человек современный, но, как и все мужики, когда вопрос касается женской верности, мигом делается узкоколым консерваторм. Рассказывал недавно, как его коллега случайно оказался свидетелем того, что его жену лапает какой-то мужик, и такое у него при этом было брезгливое выражение лица и осуждающий жену коллеги тон, что мне стало не по себе.

Я попробовала было сказать, что, может быть, она и не виновата, а мужик сам к ней полез, на что он категорично заявил, что все зависит от женщины, и в девять

порядочности, напоминала о жене и двухлетнем сыне, пугала — что будет, если все узнают, а шила в мешке не утаить, особенно в чутком женском коллективе, и что получится, если пронюхают, и так далее, и тому подобное. Никита Андреевич расценил мои слова как опасение огласки и стал уверять, что «мы тихонько, конспиративно, на съемной квартирке, все будет шито-крыто». Тогда я заявила, что люблю мужа и никого мне больше не надо (и это, по сути, абсолютно верно). Но и на это у шефа нашлись контрдоводы: «Ты, Анюточка, просто еще не знаешь, какой будет кайф... сама потом спасибо скажешь, я — мужик классный... живем один раз», и тому подобная фигня. На мои слова, что он не в моем вкусе, был ответ: «Ты сначала меня

ском факультете педуниверситета. То, что из нее в самом ближайшем будущем выйдет классный психолог, я не сомневаюсь. А пока она еще не стала маститой, молодой и дорогой «психологичкой», я время от времени пользуюсь ее услугами. А к кому мне еще идти со своей проблемой? Не к маме же! На работе тем более не поделишься, а Мари — идеальная кандидатура в качестве советчика.

— Что еще я не сделала? Или сделала не так? И что вообще можно сделать в такой ситуации?

— Да спасибо много, — вещает будущая великая «психологичка», — но самый действенный — отдался шефу. Мужики очень быстро остывают к предмету вожделения, когда добиваются его.

— Вот спасибо! — с чувством говорю я. — Я ей про то, как избежать, а она про то, что надо... того. Хорошо, что тебя сейчас мой Лешик не слышит — убил бы обеих.

— Да ладно, Анька, это я так, к примеру. Можно попробовать его шантажнуть: в следующий раз как пойдешь в его кабинет, припрятывай пазуху включенный диктофон. Потом дай ему прослушать копию записи и предупреди, что если он еще раз посягнет на твою женскую честь, то запись будет доведена до его супруги и вышестоящего начальства.

— ...Ну, я не знаю, — как-то это неэтично, некрасиво, что ли...

— А преследовать тебя красиво? А под юбку лезть? А делать непристойные предложения? Козел он, и церемониться с ним необязательно.

— И все же, Мари, давай поищем другой способ. В принципе, он мужик-то неплохой, да и мне там дальше работать.

— Ну да, очень хороший человек, только поганец. Ладно. Будем думать.

— Думай, думай. Я уже всю голову сломала. Пробовала ходить на работу в бесформенных длинных платьях и без макияжа. Что-бы как серая мышка. Эффект был обратный: воспыал еще больше.

— Все правильно. Молоденькие дурочки думают, что если мини по самое некуда, все прелести обтунуты и сиськи почти наружу, то и внимания больше. Внимания-то больше, а интереса меньше. Какой интерес, если все и так напиказ! А вот когда все спрятано, когда неизвестно, что там, под широкой юбкой и свободным джемпером — тогда интрига и сексуальный интерес.

— Ну, если так рассуждать, то самыми сексуально привлекательными для мужчин должны быть монашки — у них только лица видны и кисти рук.

— Не утрируй. В твоём случае, когда твой Никита Андреевич к тебе и так интерес имеет, то пря-



ности процентах такую ситуацию провоцируют сами дамы. В общем, Лешка не должен ничего узнавать, иначе я так или иначе паду в его глаза, а там клянись — не клянись, боюсь — не боюсь, до конца дней останешься аморальной женщиной.

Поговорить откровенно с Никитой Андреевичем я пыталась не раз. Собственно, этим я и занимаюсь последние два месяца. Сначала молчала, думала, что временное помутнение рассудка шефа скоро минует. Но рассудок его мутнел с каждым днем все больше, как рассол в плохо закатанной банке с маринованными огурцами. И пока она не взорвалась и не наделала бед, надо было срочно что-то предпринять. Я пыталась образумить шефа трезвыми доводами, взывала к его

попыток на вкус, а потом делать будешь выводы». И так далее, и тому подобное. А в последнее время он и вовсе перешел от слов к делу. Смотреть со стороны — комедия: бегаем в его кабинете вокруг стола... Сегодня он меня и вовсе к столу прижал, под юбку полез, только на мой окрик «Стой! Стрелять буду!» растерялся, и я, вывернувшись, убежала. Так что ситуация, сами видите, критическая.

В субботу с утра, переделав все необходимые дела, я отправилась в гости к Мари. Мари — это Марина, моя давняя подруга. Она повернута на разных психологических штуках — ее хлебом не корми, дай потрепаться о психологию личности, ее особенностях и разных отклонениях.

Мари учится на психологиче-

Фамилия, И.О.

Скидка 8% – на второй товар!
Скидка 23% – на третий и последующие товары!*

Инкубатор с автоповоротом (выводимость 92%)

36 яиц **4310 руб.** (220/12 В)
 63 яйца **5230 руб.** (220/12 В) ЦТ
 104 яйца **4480 руб.** (220/12 В)
 104 яйца **5550 руб.** (220/12 В)
 104 яйца **5480 руб.** (220/12 В)
 104 яйца **6500 руб.** (220/12 В)



ЦТ – цифровой терморегулятор. В продаже сетка для гусиных и перепелиных яиц, овоскоп.
 • Сам переворачивает яйца каждый час;
 • создает оптимальную температуру. Россия.

Также в продаже инкубаторы с гигрометром.

Складной парник-теплица

высота 0,7 м высота 1,2 м
 1,2 (Ш)×4 (Д) м **1690 руб.** (220 В)
 1,2 (Ш)×6 (Д) м **1990 руб.** (220 В)
 1,2 (Ш)×6 (Д) м **2290 руб.** (220 В)

• Устанавливается за 15 мин, не боится ветра; • «вечные» дуги из ПВХ; • агротекс спасет от заморозков (до -6 °С), удобно крепится к дугам;
 • складной (удобно хранить!). Пр-во: Россия.



Измельчитель кормов

Ручной **2890 руб.**
 Электрический **3790 руб.**

Ручной измельчает овощи и фрукты как большая терка. Электрический – зерно, траву, сено, овощи и фрукты (как мясорубка). Быстрая помощь в подсобном хозяйстве. Пр-во: Россия.



Перосъемная насадка

Очищает 60 тушек за 1 час! Для тушек любого веса и размера. Подходит на дрель или шуруповерт. 18×18×13 см; 100 гр; 1300 об/мин. Пр-во: Россия.



Чудо-печь

1,8 кВт (на 40 м³) **2840 руб.**
 2,6 кВт (на 60 м³) **3380 руб.**
 инфракрасная



Работает на дизеле и керосине (расход – 180 г/час). Не коптит! За 1,5 часа обогреет дом, дачу, склад и пр. (40-60 м³)! Пр-во: Россия. В продаже фитили.

Отпугиватель грызунов «ЭлектроКот»

«Классик» (до 200 м²) **1590 руб.**
 «Турбо» (до 400 м²) **1790 руб.**



Прогонит крыс и мышей на площади до 200 – 400 м² с помощью ультразвука. Безопасен для человека и домашних животных. Работает от сети 220 В. Россия.

Пневматический пистолет

Пистолет «Макаров» (Металл) 165 мм. США **5190 руб.**
 Пистолет (Пластик) 180 мм. США **3490 руб.**
 Винтовка (Металл, пластик) 1090 мм. Россия **5480 руб.**



Точные копии известных моделей пистолетов. Для самообороны и развлекательной и спортивной стрельбы. Не является оружием. Калибр: 4,5 мм. Скорость выстрела: 105-120 м/с. Источник энергии: CO₂. Мощность: до 3 Дж.

Пила «Роторайзер» **3990 руб.**

• Это лобзик, пила и ножовка – в 3 в 1;
 • пилит все: дерево, ламинат, гипсокартон, пластик, кафель, мрамор, гранит, ковры и металл до 12 мм! В подарок – система пылеудаления! 27×25×11 см. Вес: 2500 г.



Предложение действительно до 28 февраля 2017 г. *Скидки предоставляются на товары с наименьшей стоимостью из заказа. На акционные товары скидки не распространяются.

Самогонный аппарат

«Эконом». Охлаждение водопроводное **6590 руб.**
 «Дачно-Деревенский». Охлаждение без водопровода **6990 руб.**
 «Классик». Охлаждение водопроводное, сухопарник **7290 руб.**



Полная комплектация – термометр, охлаждающий, клапан контроля давления, емкость – 12 л, выбор охлаждения. Исключительная степень очистки! Материал: нерж. сталь. Россия.

Электрокопильня **2390 руб.**

С электрокопильней:
 • вы впрок закопите мясо, рыбу, птицу, сало;
 • можно коптить дома, работает от электросети;
 • есть защита ТЭНа от жира. 31×29×45 см. Пр-во: Россия.



Пельменица-лапшерезка

пельменица **2490 руб.**
 лапшерезка **2490 руб.**
 пельменица-лапшерезка **3290 руб.**



• Раскатает тесто (9 уровней толщины); • равномерно распределит начинку; • делает пельмени-равиоли; • нарежет лапшу толщиной от 2 до 7 мм.

Шнековая соковыжималка

Соковыжималка-1 (поликarbonат, нерж. сталь; 1,3 кг.) КНР. **2380 руб.**
 Соковыжималка-2 (чугун, пластик; 3,6 кг.) Украина. **2580 руб.**



Извлекает почти 100% сока из томатов, фруктов, ягод, трав. Проста, надежна и удобна в использовании! Без электричества!

Электрогрелки

«Сапог 3 в 1» **1590 руб.**
 Электропростынь **2290 руб.**



• Согреют в холодные дни дома и на даче; • облегчат боль в спине, ногах. 30-70 Вт. Пр-во: Россия. Гарантия 12 мес.

Ультразвуковая стиральная машинка «Золушка» **1690 руб.**

Стирает без водопровода, «кушает» всего 20 Вт, не портит вещи, не шумит. Выручит вас в поездке, на даче. Забудьте о стирке вручную! Пр-во: Россия.



Также в продаже «Золушка-Стерео» с двумя излучателями за 1995 руб.

Электропрялка **4980 руб.**

• Прадет из пуха, любой шерсти, синтетики;
 • скручивает нити в одну;
 • бесшумна; • компактна (25×22×12 см, вес – 2,7 кг). Пр-во: Россия. Гарантия 1 год. В продаже катушки и ремни.



Игрушка-повторюшка

«Кукла Маша» **1190 руб.**
 «Хомяк» **990 руб.**



• Двигаются; • смешно повторяют слова. Смех и веселье гарантированы!

Чудо-конструктор «Банчемс» **1640 руб.**

• Суперхит в Европе! • яркие цветные шарикоподшипники легко и надежно сцепляются, образуя любые фигуры;
 • вызывает у ребенка восторг;
 • заменит ВСЕ учебные пособия. Подарите ребенку учение с увлечением! Детям от 4 до 99 лет. Состав: 370 шариков, 36 аксессуаров.



Пояс для похудения «Сауна Белт» **1750 руб. 890 руб.**

С ним вы: • теряете жир, а талия уменьшается;
 • добьетесь гладкой и эластичной кожи;
 • выводите шлаки и токсины. Пр-во: КНР.



Эпилятор «Твиззи» **1190 руб.**

Быстро и безболезненно удалит нежелательные волосы над губой, на щеках, подбородке, в зоне подмышек, на ногах и в зоне бикини. Мини-эпилятор удаляет волосы с корнем.



Утягивающие утепленные джинсы «Леджинсы» **2390 руб.** (комплект 3 шт.)

• Сделают вас на 1-2 размера стройнее; • моделируют тело и скрывают бока и животик;
 • приподнимают ягодичи; • без застёжек, швов и молний. Единный размер 42-62. В комплекте: синий, серый и черный цвета. Пр-во: КНР.



В продаже «Леджинсы» (1 шт.) – 990 руб.

Пуховый платок

Шарф (120×40; пух-50%) **1720 руб.**
 Платок (130×130; пух-50%) **2980 руб.**
 Платок (140×140; пух-78%) **3280 руб.**
 Платок (100×100; пух-75%) **2830 руб.**
 Палантин (150×50; пух-57%) **2280 руб.**
 Палантин (160×70; пух-78%) **2990 руб.**



• Согреет в холода; • дополнит ваш образ в качестве модного аксессуара. В наличии молочный, белый, серый цвета. О наличии цвета и размера уточняйте у менеджера.

Сапоги «Сноу Бут» (ЭВА)

без меха с мехом
 мужские (размеры: 40-47) **1390 руб. 1990 руб.**
 женские (размеры: 36-41) **1290 руб. 1790 руб.**
 детские (размеры: 26-39) **690 руб. 890 руб.**



• Для дачников, рыбаков, любителей активного отдыха; • в 4 раза легче резины; • от +20 до -30 °С; • подошва не скользит.

Курс «Бросай курить» **1890 руб.**

Бросьте курить за 4 дня. Без физического и психологического недомогания. Помогает даже при огромном стаже курения. Метод удостоен международных наград! Пр-во: Россия.



Усилитель звука заушный **2540 руб.**

Поможет: • услышать даже шепот (два частотных режима); • изолировать посторонние шумы. Удобен для пожилых! Работает от батареек. В комплекте ушные силиконовые вкладыши трех размеров. Пр-во: КНР (фабрика).



Также в продаже усилитель «Супер слух» (при потере слуха до 90%) – 3890 руб.



Доставка по России и Казахстану
 Пишите по адресу! 610026, г. Киров, а/я 10, отдел 40.

Внимание! Цены указаны без почтовых расходов. Оплата при получении на почте. Если товар Вам не подойдет, мы вернем Вам деньги! (ст. 26.1 ФЗ «О защите прав потребителей»)

Звоните нам БЕСПЛАТНО прямо сейчас! (с 7:00 до 19:00)

8-800-550-0402
8 (8332) 54-10-10; 54-12-00

ОПР 1154530001057 ООО «МК-Групп», г. Киров, ул. Бородинская, 12, отдел 40. реклама

СКАНВОРД

Составил Валерий РУЧИЙ

№ 2

Население страны	б	Красиво завязанная лента	Отрицательный ответ	у	Договоренность жениха и невесты	н	о	м	о	н	б	к	а	
на	а	р	о	г	Образец, совершенство	а	Обложка для бумаг	р	«Раскинулось ... широко»	а	Цветная полоса вдоль брюк	а	Сетчатая ткань для вышивки	
Нормы поведения	н	Характер, страсть	т	е	м	п	е	р	а	м	е	н	т	
т	ч	у	к	а	Отсутствие вражды	к	Холодное время года	е	Шоколадное дерево	п	Крупа для плова	б	Легкая блузка на бретельках	
Связь, объединение	с	Еда в полдень	а	л	у	а	з	Мера веса алмазов	р	а	р	а	т	
с	о	ю	з	Макияж актера	ч	Драгоценный камень	к	б	а	с	к	Жилище якутов в виде шалаша	о	
Окраска голоса	б	«Нужные» связи	г	р	о	м	Дальневосточная сельдь	к	Первое блюдо	с	у	п		
т	е	м	б	р	Шерсть овцы	и	а	р	а	Настенный светильник	Царица цветов	р	Деликатность	
Ванна с гидромассажем	г	Струнный символ поэзии	л	ч	р	а	Два сапога — ...	о	Обезжиренное молоко	о	о	р	а	т
г	Сорт копченой колбасы	Талисман	а	м	у	л	т	Коси, коса, пока ...	р	р	с	а		
м	с	т	Потомок двух рас	н	Кольцо в составе цепи	б	Имя Онегина у Пушкина	к	а	з	а	к		
а	Движение рукой	р	Орган мышления	м	о	з	а	Пояс, стягивающий талию	о	«Орел степной, ... лихой»	а	Вид шубы	т	
к	и	б	е	Опахало	б	е	е	р	Хищная птица	Крестный отец	г	Товар на аукционе		
у	Ожерелье с подвесками	я	Писатель Марк ...	т	б	е	ч	Одна партия в теннисе	с	о	н	о	л	
з	о	м	б	ч	Греческая богиня победы	к	у	к	а	Орган слуха	у	х	о	
и	Мифический ходячий труп	и	Пласт	с	л	о	и	Помидор	т	о	м	а	т	

Ответы на сканворд № 1 по горизонтали: кошелек, соты, косметолог, соя, закуска, ноготь, ара, учеба, мопс, фигура, омар, нора, Акела, Валерия, лето, колос, артишок, Есенин, красота, духи, нос, Нике, гон, ритм, игла, лада.

По вертикали: сказка, желток, камин, талант, шампур, говор, сом, сакура, трос, лютик, ралли, аура, шланг, килт, арг, ил, небо, кепка, сугроб, маяк, гамак, обед, тесто, ореол, нуга, топ, обиход, зять, сеанс, Нина.



Дамы, посмеемся!

☺ ☺ ☺

Режиссер при обсуждении ролей в новом спектакле обращается к молодой актрисе:

— В этой пьесе вам предстоит сыграть невинную девушку. Простите, у вас есть опыт в этом отношении?..

☺ ☺ ☺

— Девушка, вы танцуете?

— Нет.

— Тогда, может быть, не будем зря терять время?!

☺ ☺ ☺

Закинул старик в море невод и поймал платиновую рыбку. Хотя она была покрупче золотой, но могла выполнить только одно, зато супержелание! Подумал старик и заказал себе сто золотых рыбок!!! И уж после-то он оторвался!..

☺ ☺ ☺

Расскажите, как познакомиться с девушкой в Интернете. Сводите ее куда-нибудь. Подойдет сайт какого-нибудь хорошего ресторана...

☺ ☺ ☺

После развода стоит мужик возле загса и, листая паспорт, размышляет: «Н-да, места осталось только на троих. Надо бы использовать разумно...»

☺ ☺ ☺

Мужик просит таксиста:

— Будь другом, тещу до вокзала добрось — чтоб на поезд ни в коем случае не опоздала!..

— Не переживай, братан! Домчу, как свою!..

☺ ☺ ☺

Любая женщина хочет новое платье. Но еще больше она хочет влезть в старое.

☺ ☺ ☺

— Папа, я решил бросить учебу.

— Тогда запомни одно, сын.

— Что?

— «Свободная касса» надо произносить с улыбкой.

☺ ☺ ☺

— Мама, я сегодня приведу домой своего парня.

— А он хороший мальчик?

— Да. Не пьет, не курит, матом не ругается.

— Какой-то он у тебя скучноватый, доченька...

☺ ☺ ☺

— Дорогой, что тебе сегодня приготовить на ужин?

— Устриц в нормандском соусе.

— Ну, пельмени, так пельмени...

☺ ☺ ☺

Женщины слишком долго помнят неподаренные розы...

☺ ☺ ☺

Звонок в три часа ночи:

— Алло! А Катюшу можно???

— Да не вопрос! «Расцветали яблони и груши, поплыли туманы над рекой...»

☺ ☺ ☺

— Скажите, а что вы прежде всего замечаете в женщине?

— Все будет зависеть исключительно от того, в какую сторону она идет!

☺ ☺ ☺

Встречаются как-то два менеджера. Один другому:

— Слушай друг, что случилось? На тебе лица вообще нет.

— Да моя жена сегодня нашла мне новую секретаршу.

— Блондинку или брюнетку?

— Если бы. Лысую...

☺ ☺ ☺

Муж — жене:

— Ты машину в гараж поставила?

— Частично...

**В продаже
с 29
января**

**ЧИТАЙТЕ
В ФЕВРАЛЬСКОМ
НОМЕРЕ:**

- ♦ Жгучее лекарство
- ♦ Простуда: правила безопасности
- ♦ Лептин — гормон сытости
- ♦ Рассеянный склероз — не приговор
- ♦ Многоликая экзема
- ♦ И многое другое...

В каталоге
«Почта России»
Первое полугодие 2017

П2194

Подписные
издания

**ПОДПИСНЫЕ
ИНДЕКСЫ:**

В каталоге
«Пресса России»
Газеты и журналы.
Первое полугодие 2017

15510

В каталоге
русской
прессы.
Первое
полугодие
2017

60673

2017
Февраль

ISSN 1818-7684



9 771818 768369

17002

